錬膽護身

唐手術

富名腰義珍著

東京廣文堂發行

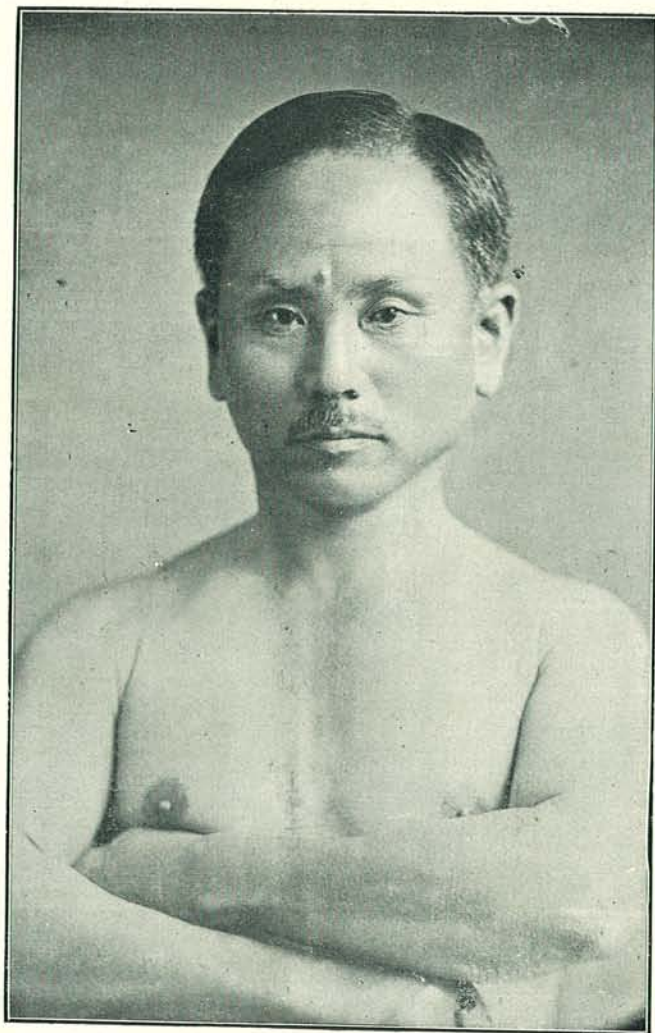
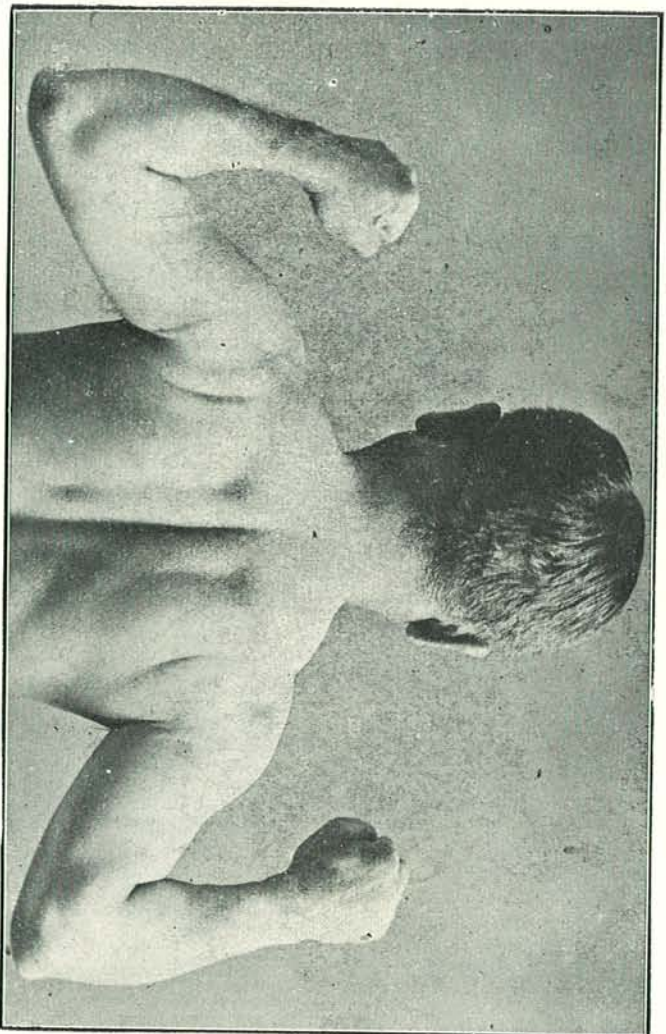
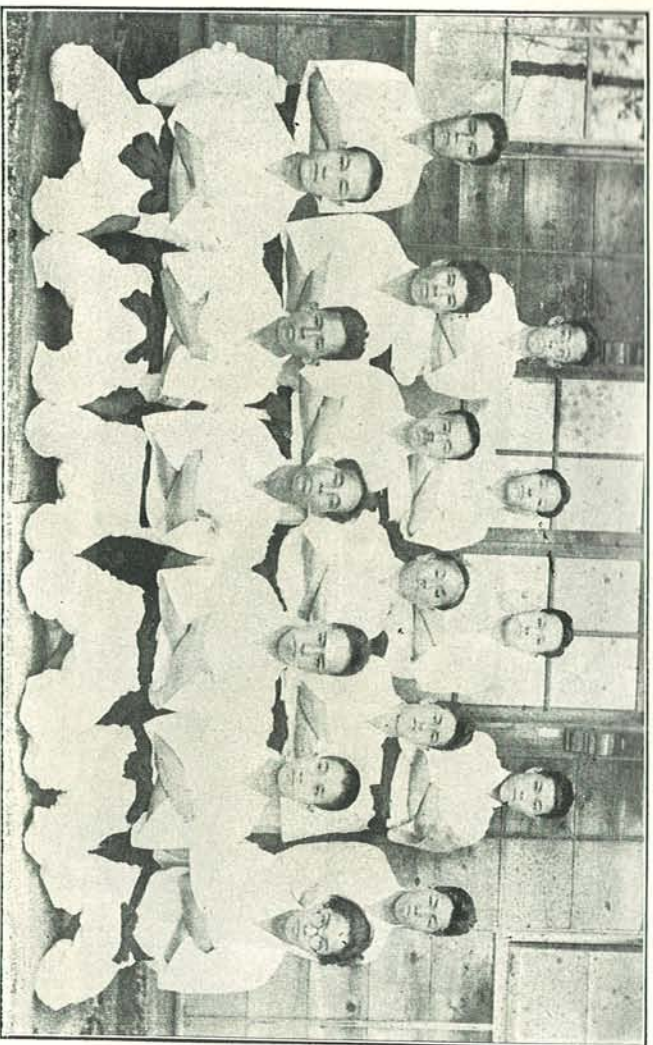
錬膽護身
唐手術
富名腰義珍著

天皇陛下
皇后陛下　の叡覽を賜はり
攝政宮殿下
兩皇子殿下　の台覽を辱うす
各宮殿下

皇太子殿下御前演武記念（大正拾參年六月日）

中央は著者

潑溂の心身壯士を凌ぐ五十六才の著者

この隆々たる著者の筋肉を見よ

第一期有段者（中央は著者、向つて其の左は慶應大學教授粕谷眞洋氏）

順序として拳の握り方、足の立方から説くことにする。

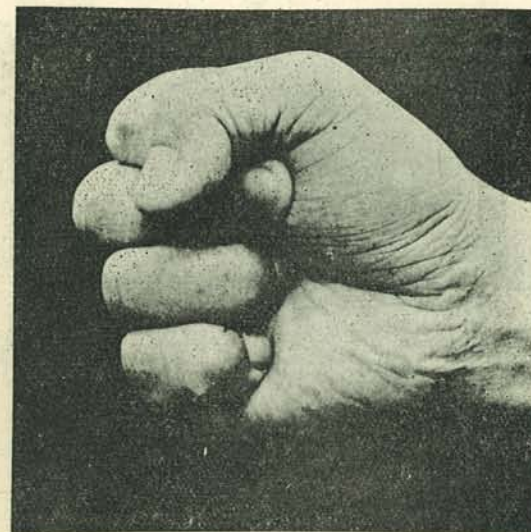
第二、拳の握り方と足の立方

第一圖　手の握り方（其の一）

唐手に於て手を握る順序を三段に分けて示せば、最初に四本の指を第一圖のやうに淺く握る。

第二圖　手の握り方（其の二）

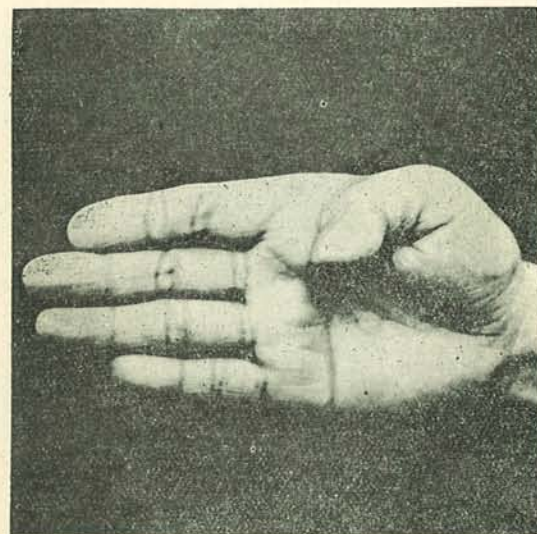
第二圖のやうに二度目に四指を疊むが如く深く握る。

第三圖　手の握り方（其の三）

三度目に拇指を曲げ、人指・中指兩指の上に横たはるやうに置く。

第三圖は握つた手拳の裏を示したものである。

第四圖　手の握り方（其の四）

第四圖は握りたる手拳の表を示したのであるが、巻藁に當る所は人指中指の四節

第五圖　貫き手（其の一）

第五圖の如く四本の指を眞直に伸ばし拇指を曲げる。俗にこの種の手を貫き手と名づく。

第六圖　貫き手（其の二）

・・・貫き手は第六圖のやうに、最初に無名指と小指を同時に曲げ、無名指の上に拇指を曲げて置け。

第七圖　中高一本拳

中高一本拳には人指を高く出すのと中指を高く出すのとの二通りあるが第七圖は中指を高くした握り方である主に顔面攻擊の場合にこの種の拳を用ふ。

第八圖　一本拳

第八圖は裏面から見たる一本拳の握方。最初に中指・無名指・小指の三本を同時に曲げ、次ぎに人指を一層高く出し、指頭の橫を拇指で抑へて拇指人指に特に力を入れる。

第九圖 閉足立の姿勢

足の立方には閉足立、八字立、丁字立、前屈、後屈、猫足、踏切、ナイハンチ立、三進立等あるが、第九圖は閉足立を示したのである。それは全く體操の氣を付の姿勢に爪先を閉ぢるだけの相違である。

第十圖 八字立

八字立　第十圖は讀んで字の如く八字形に爪先を開き兩手を自然に垂れる。其距離凡そ一尺五寸

第十一圖　前屈姿勢

第十一圖前屈姿勢の前屈とは、後屈に對する言葉で、前屈膝を略してかく呼んだのである。

第十二圖　後屈姿勢

後屈姿勢。前屈膝に對して後屈膝を略して、後屈と名づく、やはり其立方が凡て正反對で前を屈げた時は前屈、後を屈げた時は後屈と名づく。

第十三圖　猫足

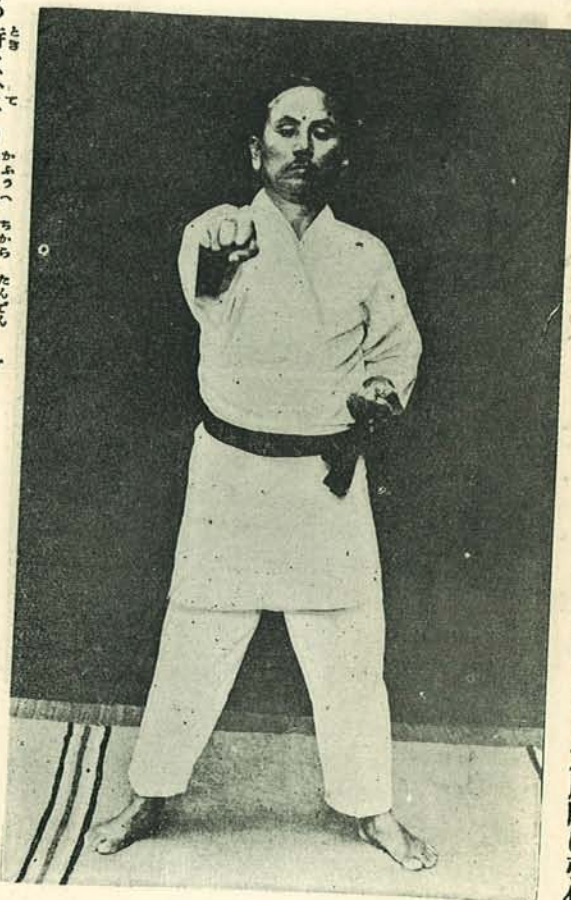
猫足とは猫が鼠を、捕へんとする時踵を輕く立て將に飛びつかんとする姿勢で、蹴放し、蹴込み、又は進退を機敏に自由に動作するにはこの立方が最も當を得てゐる。

第十四圖　ナイハンチ立

ナイハンチ立。は八字立の後開きの姿勢に少しく足を前に倒し、兩足の力は外部より中央に集注するが如き心持である、卽ち乘馬の姿勢に同じ。

第十五圖　手の突方（其一）

突出の姿勢。右手を突かんとする時は握りたる拳（手の甲下）を右脇腹に取り左の拳は左股よりはなして少しく張る。

第十六圖　手の握方（其二）

突出した處。右手を突く時は左手は捻ぢ上げるが如く突と同時に左脇腹に引付く當ての極まる時は（手の甲上）力を丹田に入れる。

足の蹴方。前面を蹴らんとする時は左の足に體を托し、土踏まずと指の間で蹴る、指を曲げて指節の處で蹴る場合もある、足は直ぐ元に復す。

第十七圖　足の出方（其一）

足の蹴方。足の右側面で蹴らんとする場合は左足に體を托し、右足を左膝頭の上に輕く伸べ、足の側面で蹴る。

第十八圖　足の出方（其二）

第十九圖　巻藁使用圖（其一）

突く力の練習と拳の鍛錬のために巻藁を用ゐる、巻藁の突方は大抵左足を少し前に出して突くのが普通であるが、偶には八字立の突方も宜しい、兎に角腰を据ゑて突きさ

第二十圖　巻藁使用圖（其二）

へすれば間違はない、其突き場所は人指中指の四節の所、朝晩成るべく左右同じく練習を要す。力と回數は漸次増加すべし。但し右利きの人は左を右の二倍突くを可とす。

對手の力量に應じて柔剛臨機の技を施して行く上に於て又言ふに言はれない一種の趣が出で來る。同じ投技にしても三通も四通りもあるが、そこは研究者に任せて多くを語らないが、一例を示せば彼の谷落しの如きでも非常に力量の違ふ者になると、あのまゝ輕く辷べらして濟ます場合もあるが、自分同等以上と認め迚も仕方のないと云ふ場合になると防禦上涙を呑んで頭を杵つきにせねばならぬ場合がある。

併しながら、この投技も、總べてが受手を利用したに止めて、一つとして先手はない。段々研究すれば、する程相手の手を利用して如何樣にも防禦の手が湧いて來る。だからと云つて無茶には出來ないが、何しろ型を能く呑み込んでおきさへすれば、四方八方、臨機應變、自然と法に叶つた受け方が活躍して出て來る譯だ。

相手の突込んで來る右の手を此方の右手で裏受けをなし同時に左手で相手の腕を摑み、右足を後ろに引きながら捻ぢ倒さんとする處、「ナイハンチ」初段の變手ともなる。

第二十一圖　捻倒

第二十二圖　鎖　環

此方の顔を目蒐けて諸手で突込んで來る手を上段で受け返へし、兩手で相手の足許に飛込んで腕環を掛けんとする處。「バッサイ」應用の變手ともなる。

第二十三圖　谷　落

相手の突込んで來る右の手を此方の右手で上段受けをすると同時に飛込んで横より兩手を後に廻して抱き締めヤット振り上げて倒さに投げ捨てんとする處。

第二十四圖　槍玉

相手の右手で此方の顏を目蒐けて突込んで來る手を利用し、此方の左手で內から腕を摑むと同時に、股の下に右手を差込んで持上げ、逆さに槍で玉を貫き上げた樣に將に投げんとする處。

第二十五圖　頸環

相手の突込んで來る手を利用し外より逆に受けると同時に其手を辷らして首を卷き足を掛け左手は帶を摑み首を強く引き將に倒さんとする處。

第二十六圖　咽　抑

相手の突込んで來る右手を此方の右手で逆に受けるや直ぐに左手と受け代へ、其手を辷らして首を掴み、相手を將に倒さんとする所。

第三篇　唐手の基本及び型

第五章　基本及び型

第一、基本練習

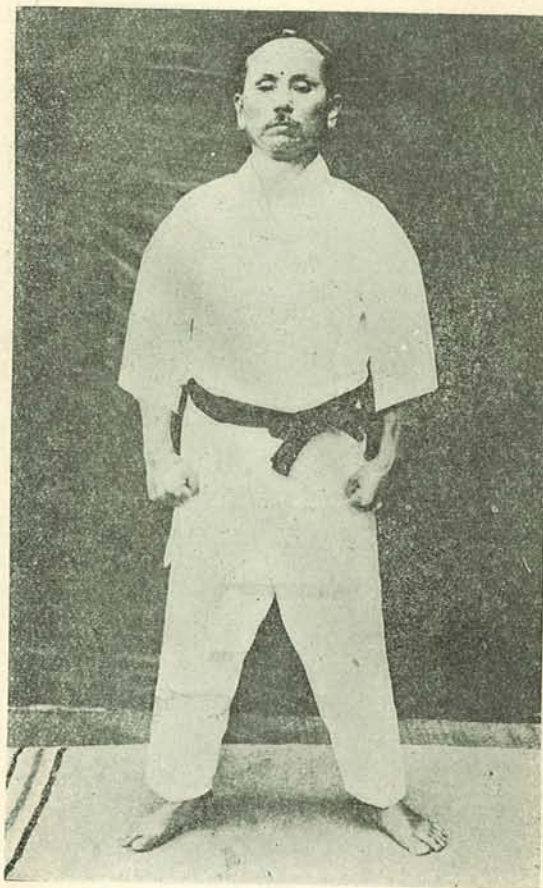
最初に基本練習として少林流より「ピンアン」の初段、昭靈流より「ナイハンチ」の初段の二つを提出した。しかして何人にも直ぐ解るやうに全部寫眞を以て動作の變化を示した。

次ぎに「唐手」として一番變化に富み、尤も趣味あるもの、卽ち八人と戰ふの手として他の諸の手にも關係を有つてゐる「公相君」を全部寫眞で圖解した。これは大正十年東宮殿下の台覽に供した名譽ある型である。

第二、平安　初段　少林流

（全部にて二十六擧動より成る、約二分間にて了る。一動作每に十唱法により呼び一より十までを繰返す）

用意の姿勢は八字立にて直立す、爪先の間凡そ一尺五寸、手を握りながら左より一、二と開く、

第二十七圖　ピンアン初段（用意の姿勢）

（團體練習の場合は大間隔に展開し氣を付けの號令にて閉足姿勢となり一禮の後用意にて右の動作に移る）

初め一の呼稱と共に左側面へ兩手を同時に第二十八圖の如く擧げる。
但し立方は左側面へ丁字形をなす。（後屈姿勢）

第二十八圖　ピンアン初段（其一）

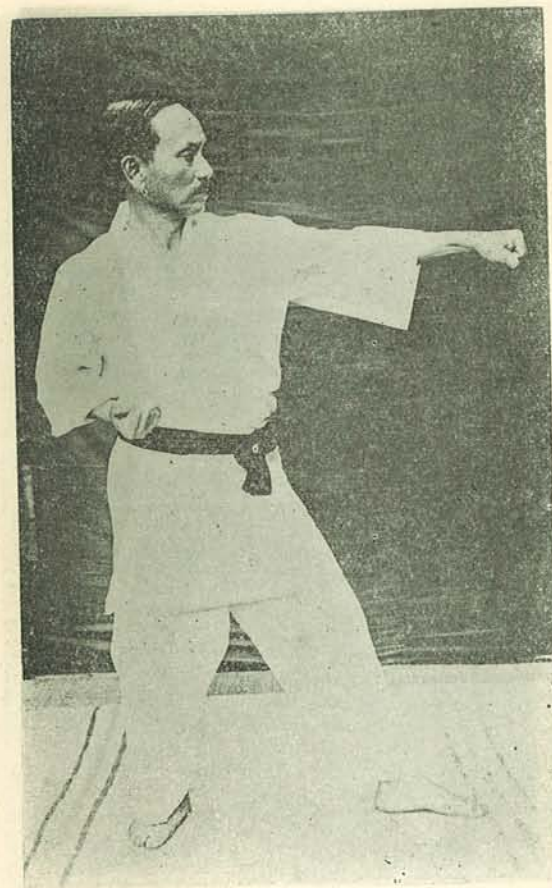
不意に左側面より突き込んだ手を左で受け右攻撃の姿勢。

二の呼稱で左手は右肩前に右手は左肘に觸れるやうに伸びる丈伸ばして打込む。

第二十九圖　ピンアン初段（其二）

立方、第二十八圖に同じ。左手で受けて右手打込んだ處。

三の呼稱で左手を水平に突伸ばすと同時に、右手を右脇腹に引付け第三十圖の如くす

第三十圖　ピンアン初段（其三）

る右手打込まれウロタヘて後スザリとするを追うて左を伸ばし突く處。

四の呼稱で急に右へ振向くと同時に兩手を擧げて第三十一圖の如く右構へをなす。

第三十一圖　ピンアン初段（其四）

但し下體は後屈姿勢。四、五、六、は左側面の反對動作。

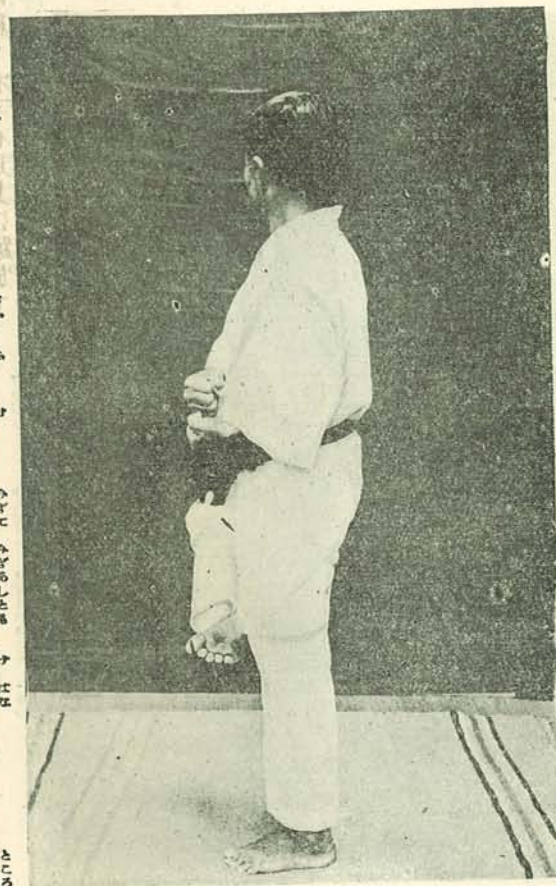
第三十二圖 ピンアン初段（其五）

五の呼稱で右手を左肩前に左手を右肘に觸れ伸びる丈伸ばして打込む。

第三十三圖 ピンアン初段（其六）

六の呼稱で右手を水平に突伸ばすと同時に、左手を左脇腹に引付ける。

七の呼稱で後方へ振り向くと同時に、右足を左膝頭に擧げると共に兩手を握りたるまゝ左脇腹（右手上）に組む

第三十四圖　ピンアン初段（其七）

後ろから突き込んとするのを急に振り向いて右手右足共に蹴放さんとする處。

八の呼稱で右手右足共に蹴放す。

第三十五圖　ピンアン初段（其八）

後ろから抱きかゝらんとするを右手右足共に蹴放す姿勢。

九の呼稱で前に蹴放したる足を其場に立つと同時に後ろへ振向き、左手を前に第三十六圖の如く受ける。

第三十六圖　ピンアン初段（其九）

この時右手は掌を上に左肘前三四寸のところまで廻す。但し後屈姿勢。

十の呼稱で右足を一歩前進すると同時に、第三十七圖の如く右構へをなす。

第三十七圖　ピンアン初段（其十）

三十六、三十七、三十八圖の前の手は凡べて受け手にて後の手が攻撃の準備をしてゐる處）

十一の呼稱で左足を一歩前進すると同時に第三十八圖の如く左構へをなす。

第三十八圖　ピンアン初段（其十一）

注意・但し此處でのこの構へ方は左から始つて右と代り左と代つて三回目である。
即ち第三十六圖と全く同じ。

十二の呼稱で右足一歩前進すると同時に右手を突込む。この時左手を右脇下に圖の如くす。

第三十九圖　ピンアン初段（其十二）

注意・兩手足三つ共動作は同時たるを知るべし。
突込んで來る手を右、左へ受けられたので後へスザル敵を逃がすまじと突込む勢。

十三の呼稱で右足を樞にして急に左へ廻はり、第四十圖の如く左構への姿勢を取る。
突込むと同時に後に又敵現はれ同じく此方に突かんとするを急に後へ振り向き受けた
處。

第四十圖　ピンアン初段（其十三）

第四十一圖　ピンアン初段（其十四）

十四の呼稱で右足を一歩左斜に前進すると共に、第四十一圖の如く右構へをなす。

十五の呼稱で十四の姿勢を崩さず其まゝ、右後ろへ左足を軸として第四十二圖の如き姿勢を取る。

第四十二圖　ピンアン初段（其十五）

十六の呼稱で左足を一歩斜へ前進すると共に、第四十三圖の如く左構へをなす。

第四十三圖　ピンアン初段（其十六）

十七の呼稱で演武線第二線上に左足を摺り直ほすと同時に、左手を脇腹に引き、右手中段受けの姿勢を取る。この時成るべく右肩を前に出すやう注意す可し。

第四十四圖　ピンアン初段　（其十七）

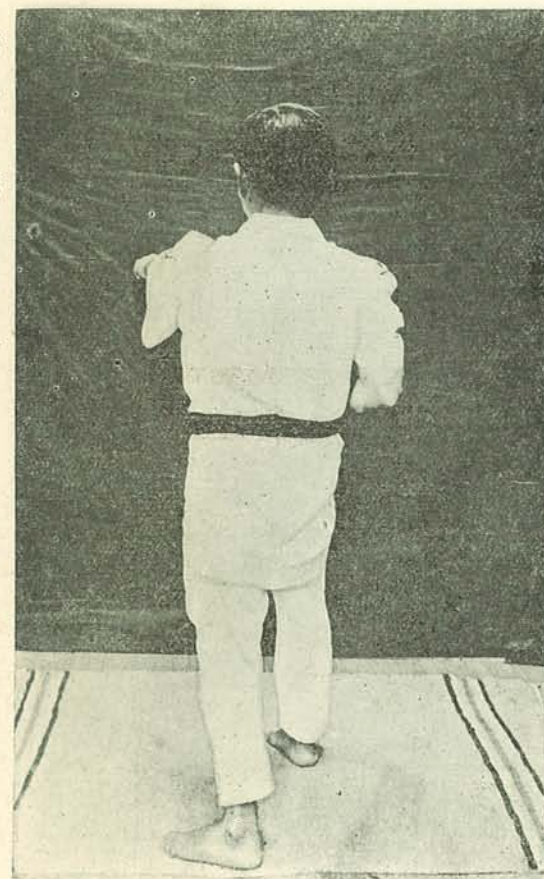
胸を目蒐けて突き込んで來る手を此方の右手で成るべく左肩の前を廻はして中央より右へ搔き出すやうに受ける此種の手を內受けと名づく。

十八の呼稱で四十五圖の姿勢のまゝ右足を成るべく高く前に蹴り擧ぐ。

第四十五圖　ピンアン初段　（其十八）

足は成るべく高く足を慣らし蹴ると同時に下ろすべし。

十九の呼稱で蹴り上げたる右足を其場に下ろすと同時に、右手を引き左手を突き伸ばす。

第四十六圖　ピンアン初段（其十九）

蹴られた敵は少しく上體を後へそれるからつゞいて突く意である。

二十の呼稱で突き出したる左手を伸ばしたるまゝ下より右前へ廻はして受ける。

第四十七圖　ピンアン初段（其二十）

この時成るべく左肩を前に出すやう注意すべし。

敵の突き込んだ右手を此方の左で内受けをした處。

二十一の呼稱で第四十八圖の如く受けると同時に、左足を高く蹴上げる。

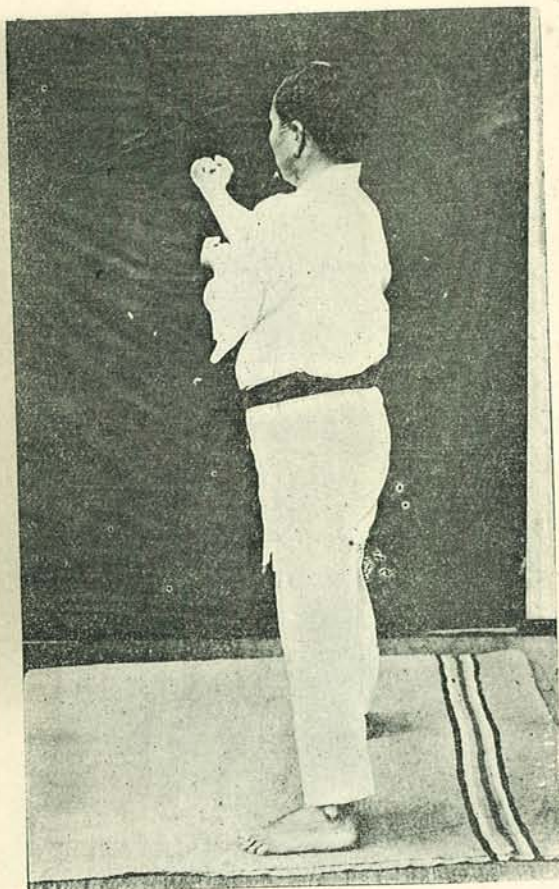
第四十八圖　ピンアン初段（其二十一）

右左の異なる丈で第四十五圖と同意義である。

二十二の呼稱で蹴上げた足を其場に下ろすと同時に第四十九圖の如き姿勢を取る。

第四十九圖　ピンアン初段（其二十二）

二十三の呼稱で右手右足前にして寄足で第五十圖の如き姿勢を取る。

第五十圖　ピンアン初段（其二十三）

但し下體前屈姿勢。

剛力の敵手を内受けするの意。

二十四の呼稱で右足を樞として左後ろへ四分の一廻はり、第五十一圖の如く下段拂ひの姿勢を取る。

第五十一圖　ピンアン初段（其二十四）

前内受けをすると同時に後ろより蹴る足を急に振り向いて打拂ふ處。

二十五の呼稱で右足を一歩左斜に前進すると同時に、右手を上に左手を左脇腹に互に引張るやうに圖の如く上段受けをなす。但し右拳先が頭上左端に過ぎないやうに注意すべし。

第五十二圖　ピンアン初段（其二十五）

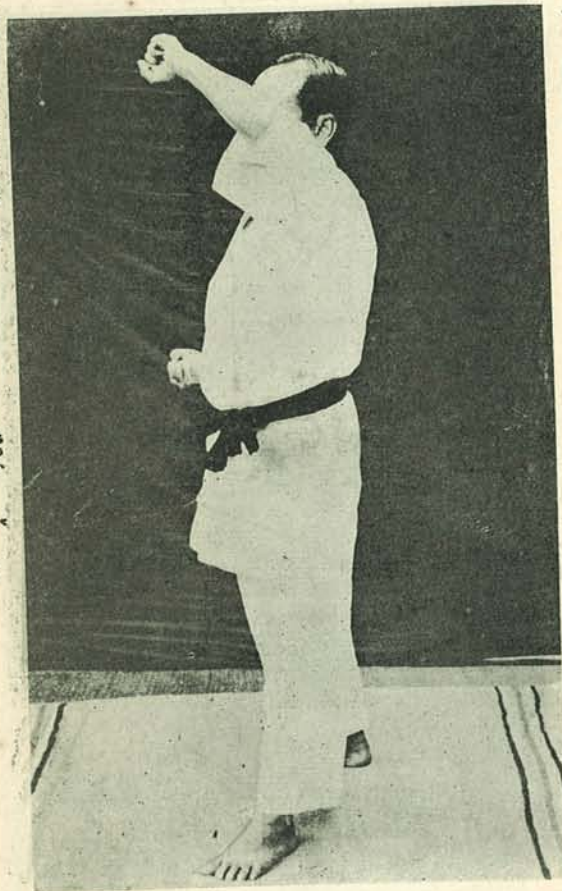
顏を目蒐けて突込んで來る手を左手で摑むと同時に右手を上に擧げ左手を脇に引く心持である。此種の手を上段受けと名づく。

二十六の呼稱で左足を樞に右後ろへ廻はると同時に、第五十三圖の如き姿勢を取る。

第五十三圖　ピンアン初段（其二十六）

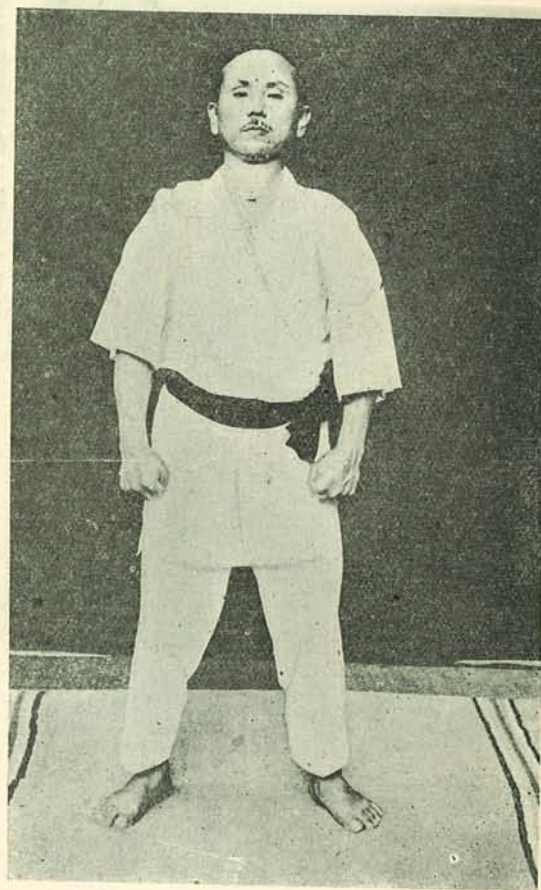
第五十一圖と同意義である。

二十七の呼稱で左足を一歩右斜に前進すると同時に、左手を上に右手を右脇腹に互に引張るやうに圖の如く上段受けをなす。

第五十四圖　ピンアン初段（其二十七）

但し左拳先が頭上右端を過ぎないやうに注意す可し。

これも第五十二圖と同意味である。

こゝに於て止めーの聲と共に第五十五圖の如き姿勢を取る。（ピンアン初段終り）

第五十五圖　ピンアン初段（其二十八）

團體練習の場合は直ほれで元の姿勢に復し、一禮の後解散。

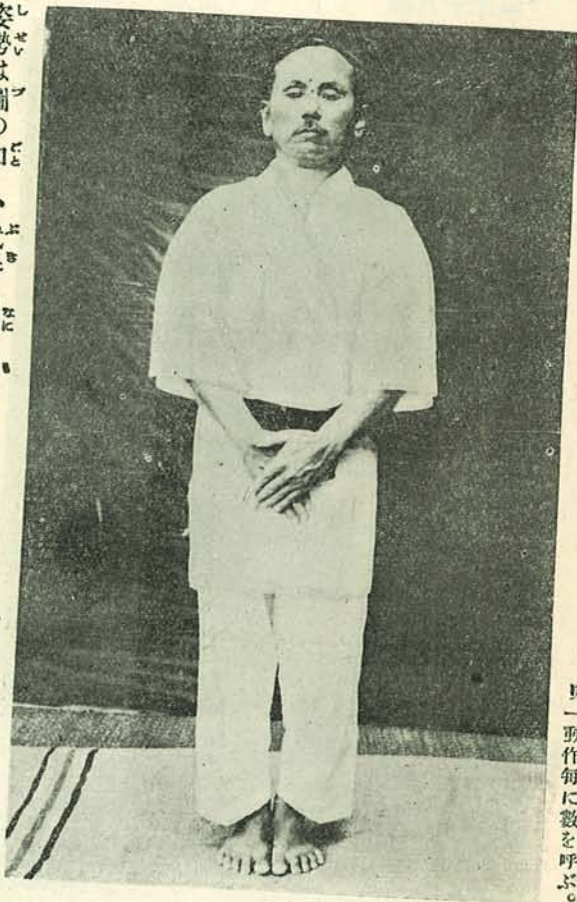
注意

よく型を覺えた後は第三十四圖の姿勢を止めずに直ちに蹴放す、全體から一擧動を減じて二十六擧動と做す。

尚ほ、廿九と三十、三十二と三十三、三十四と三十五、四十五と四十六は續くべき所なれば注意す可し

第五十六圖　ナイハンチ初段（用意の姿勢）

第三、ナイハンチ初段（昭靈流）

（全部にて三十二擧動よりなる、約二分間にて了る、十唱法により一動作毎に數を呼ぶ。）

用意の姿勢は圖の如く、武器は何も持ちませんぞといふ意を表示してゐる。

團體練習の場合はピンアンと同じく大間隔。

初め一の呼稱で右側面を見ると同時に、左足は輕く右足を越えて交叉す。

第五十七圖　ナイハンチ初段（其一）

但し右側に現はれた敵が攻勢を取るを認め、一歩踏込んで受けんとするの姿勢。

二の呼稱で右手を右へ伸ばすと同時に右足を右へ一歩踏み出し左手は握りながら脇腹

第五十八圖　ナイハンチ初段（其二）

に取りナイハンチ立ちをなす、この時目はヤハリ右側面を見る。

但し足と足との間隔は爪尖凡そ一尺五寸位身長に依り多少の伸縮あるべし。

注意・ナイハンチ立は兩足を張り、臀を出し胸を張り、兩脚の外側より中の方へ力を縮込むやうな心持である。

三の呼稱で伸ばした手で前の物を掴まへて引寄するが如くに、同時に左肘を使ふ。俗に是を猿臂（ゑんぴ）と名づく。

第五十九圖　ナイハンチ初段（其三）

但しこの時腕を胸部より凡そ五寸程はなし、下體を崩さぬやう注意すべし。

實際の場合は第五十八圖の手は少しく手首を裏に曲げて向ふの手首を摑み引くと同時に第五十九圖の如く猿臂を喰はす。

四の呼稱で拳と拳とを右脇腹の處に左を上に重ねると同時に左側面を見る。

第六十圖　ナイハンチ初段（其四）

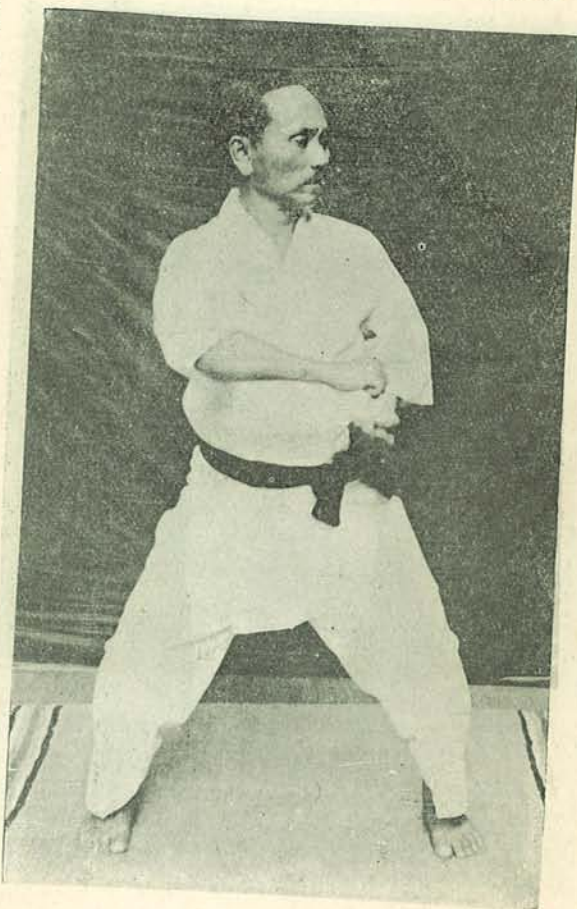
但しこの時體を正し肩が上がらぬやう注意あるべし。

五の呼稱で四の姿勢を崩さず其まゝ、左手を右肩の前より伸ばしながら膝頭の前に下ろす。

第六十一圖　ナイハンチ初段（其五）

但し膝頭を去る凡そ五寸。

六の呼稱で左手を捻ち上げると同時に、右手を圖の如く突出す。

第六十二圖　ナイハンチ初段（其六）

但し腕と胸との間は凡そ五寸位。

七の呼稱で六の姿勢を崩さず其まゝ、右足を左足の上より輕く越えて交叉す。

第六十三圖　ナイハンチ初段（其七）

横行きの時もヤハリナイハンチ立の姿勢を崩さぬやう注意す可し。

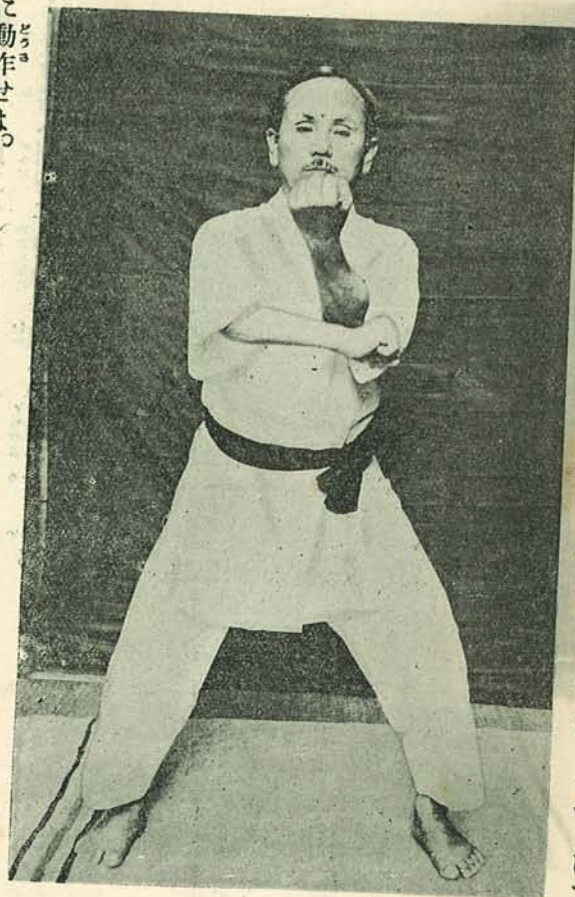
八の呼稱で左足を一歩左へ開くと同時に、右手を前に起し目は正面に復す。

第六十四圖　ナイハンチ初段（其八）

但し拳先は目より見下ろす高さの程度、面と拳との離れ約一尺五寸、脇と肘との離れ凡そ五寸たるべし。

九の呼稱で左手は右肩前より、右手は左肘外側より、同時に引張るが如く、右は上に左は下に、引き放すやうにすべし。

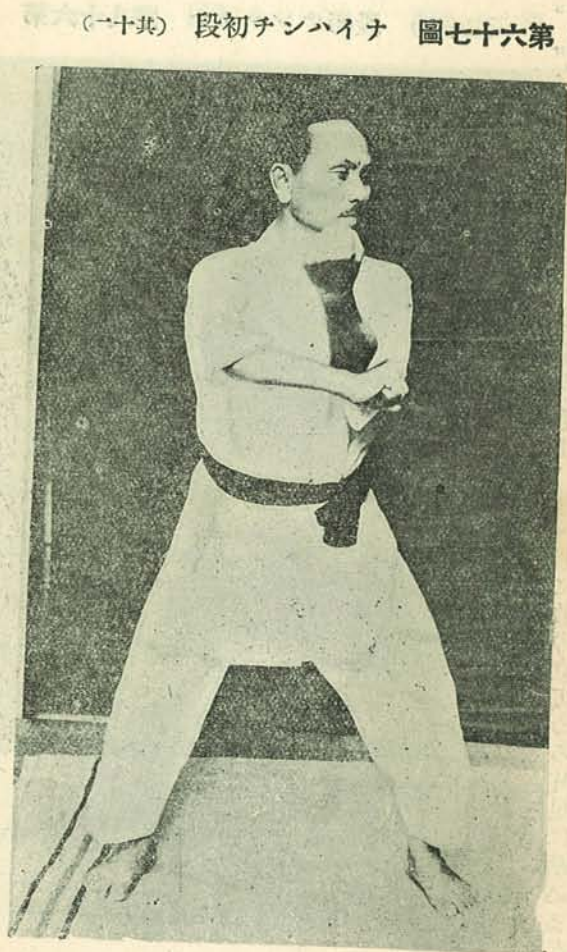
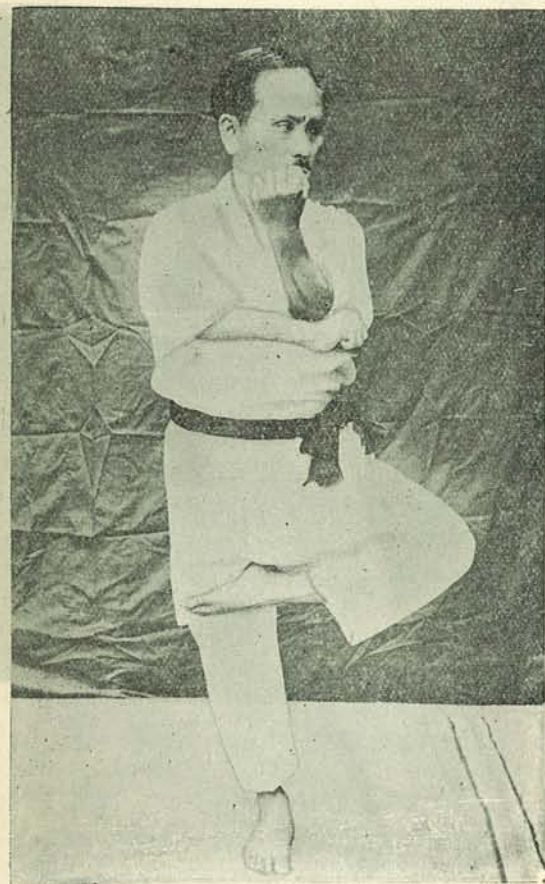
第六十五圖　ナイハンチ初段（其九）

こゝは敵が突き込んで來る手足を同時に受ける姿勢。

十の呼稱で互に引き放したる手を同時に右手首の上に左手を圖の如く斜めに乘せよこの時左拳先が鼻の向ふに當るやうに止め、型を覺えた後は九、十、をつゞけて成るべく敏速に動作せよ。

第六十六圖　ナイハンチ初段（其十）

こゝは敵の右手を此方の左で内受けをなし、敵右手を引くと同時に左を突くのを此方の右手で受け替へ同時に右拳で向ふの唇を打つ意。

第六十七圖　ナイハンチ初段（其十一）

十一の呼稱で其十一の姿勢を崩さずに左側面を見る。

十二の呼稱で其十一の姿勢のまゝ左足を擧げ第六十八圖の如くせよ。
敵の蹴込んで來た足を此方の足で受け、返へしに敵の立てゐる片足に踏込まんとする勢。

第六十八圖 ナイハンチ初段（其十二）

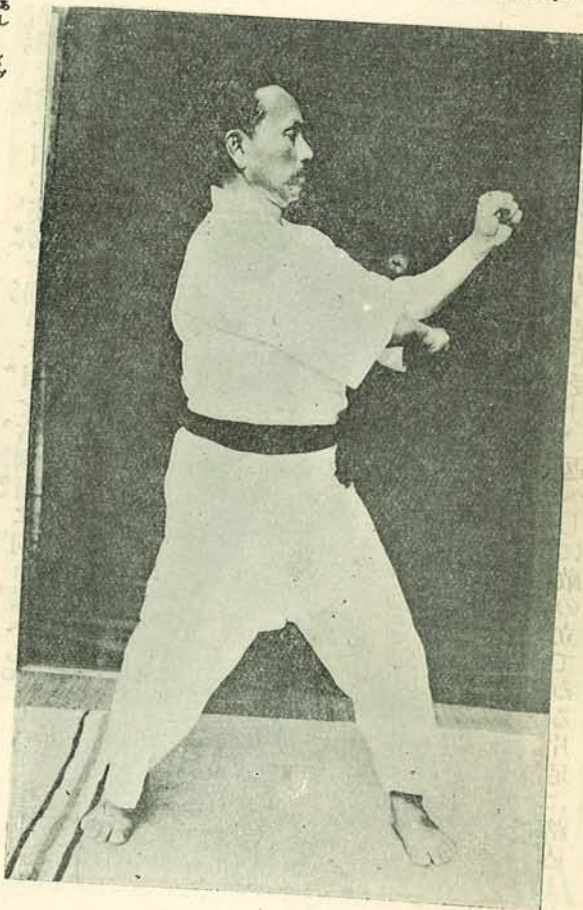
十三の呼稱で左足を元の位置に復すと同時に、左へ體を捻ぢながら手を廻はす。

第六十九圖 ナイハンチ初段（其十三）

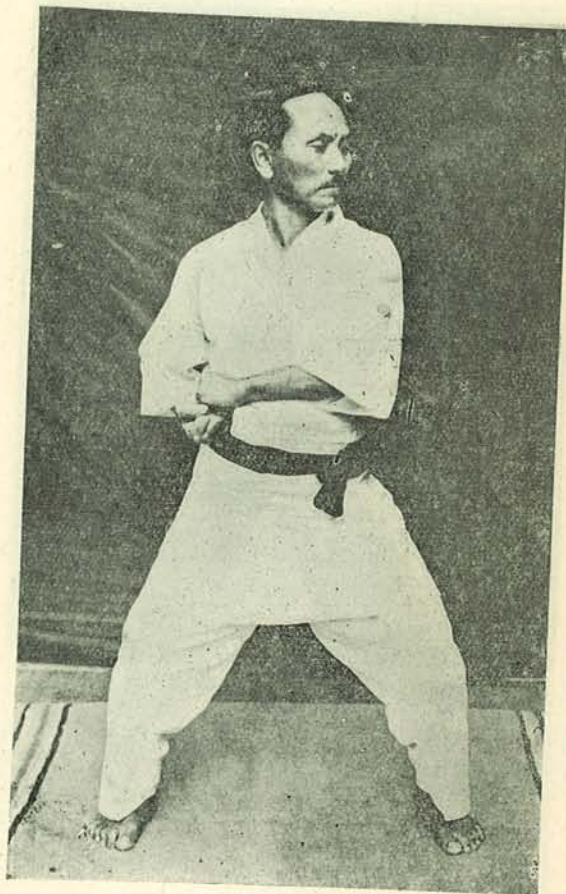
但し脚の崩れざるやう注意すべし。

第七十圖　ナイハンチ初段（其十四）

十四の呼稱で其十四の姿勢を崩さず目を右側面に向き替へる。

第七十一圖　ナイハンチ初段（其十五）

十五の呼稱で其十四の姿勢のまゝ、右足を圖の如く擧げる。

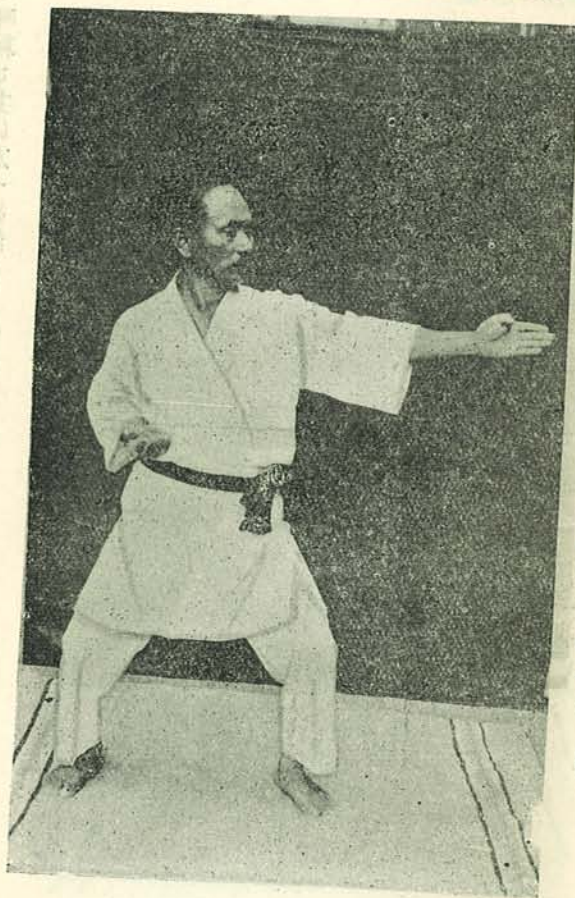
十六の呼稱で右足を元に復すと同時に、上體を手と共に右へ廻はし第七十二圖の如くす。

第七十二圖　ナイハンチ初段（其十六）

十七の呼稱で左へ向くと同時に、第七十三圖の如く手を組む。

第七十三圖　ナイハンチ初段（其十七）

十八の呼稱で組みたる手を同時に突き出し、第七十四圖の如くす。

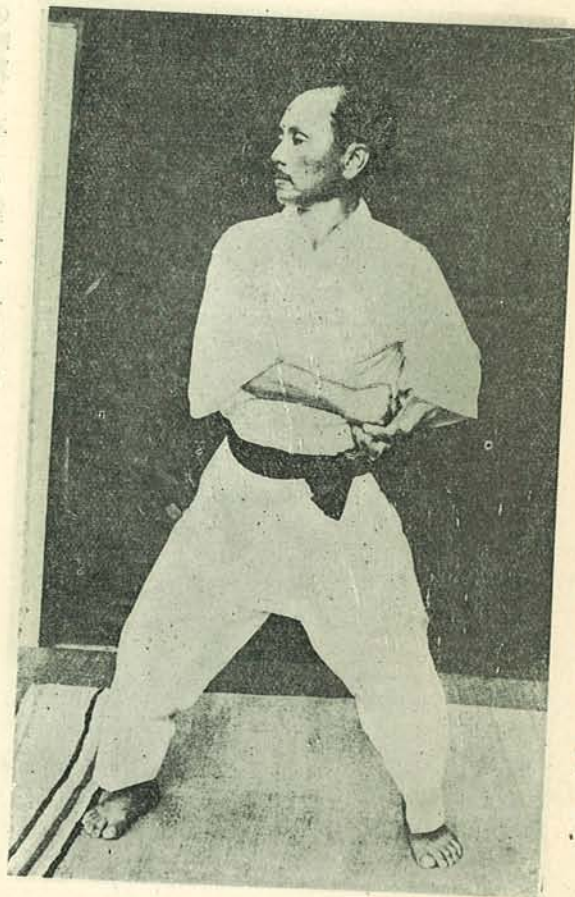
第七十四圖　ナイハンチ初段（其十八）

但し右手は胸部より約五寸位の放れで拳先は左肩の向ひ位まで出せ。

十九の呼稱と共に右手を右脇腹の處に左手を後ろへ廻はすが如く開く。

第七十五圖　ナイハンチ初段（其十九）

二十の呼稱と共に左へ捻體して右猿臂を使ふ。

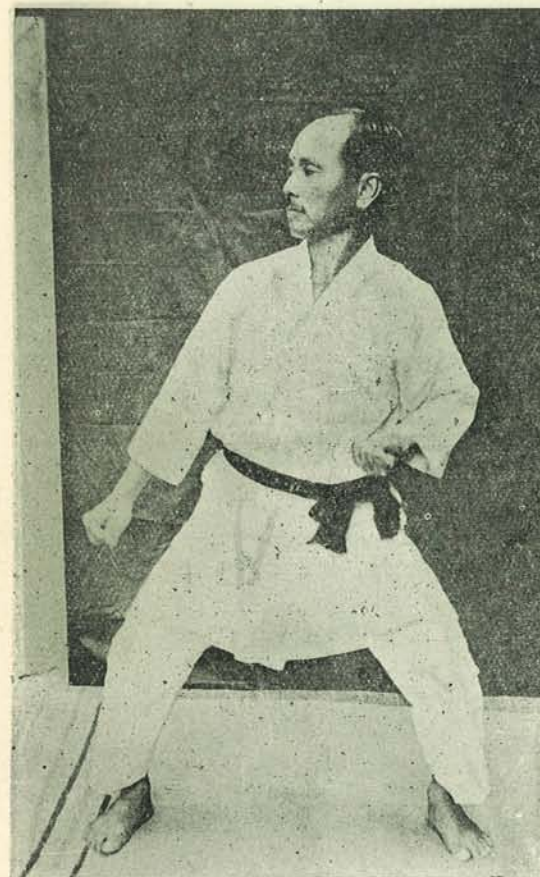
第七十六圖　ナイハンチ初段（其二十）

但し下體の姿勢を崩さぬやう注意すべし。

二十一の呼稱と共に右へ振り向くと同時に、兩手を左脇腹の處に組む

第七十七圖　ナイハンチ初段（其二十一）

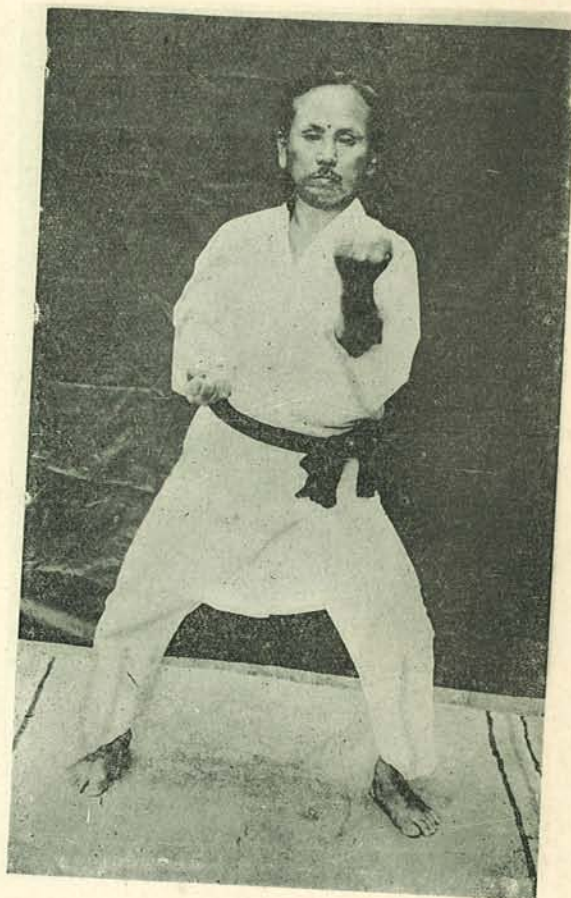
第七十八圖　ナイハンチ初段（其二十二）

二十二の呼稱で右手を第七十八圖の如く打伸ばす。

第七十九圖　ナイハンチ初段（其二十三）

二十三の呼稱で右手を捻ち上げると同時に左手を突出す。

但し腕と胸部との間は凡そ五寸位の離れたるべし。

二十四の呼稱で七十九圖の姿勢を崩さず、左足を右足の上に輕く越し交叉す。

第八十圖　ナイハンチ初段（其二十四）

二十五の呼稱で右足を一歩右へ踏み出すと同時に、左手を起し、（拳は身體より約一尺程離る）圖の如く内受けをなす。

第八十一圖　ナイハンチ初段（其二十五）

二十六の呼稱で左手を左肩の前より、右手を左肘の外側より、同時に引張る心持で引放し、圖の如くす。

第八十二圖　ナイハンチ初段（其二十六）

二十七の呼稱で上下の手を同時に胸部前に構へること圖の如くす。

第八十三圖　ナイハンチ初段（其二十七）

この時右拳先は自己の鼻の向ふに、目より見下ろす位置におけ。

第八十四圖　ナイハンチ初段（其二十八）

二十八の呼稱で八十三圖の姿勢のまま、右向きをなす。

第八十五圖　ナイハンチ初段（其二十九）

二十九の呼稱で第八十四圖の姿勢を崩さず其まゝ右足を擧げる。

第八十六圖　ナイハンチ初段（其三十）

三十の呼稱で足を元に復すと同時に上體を手と共に右へ廻はし圖の如くす。

第八十七圖　ナイハンチ初段（其三十一）

三十一の呼稱で八十六圖の姿勢を崩さず左向きをなす。

第八十八圖　ナイハンチ初段（其三十二）

三十二の呼稱で八十七圖の姿勢のまゝ、八十八圖の如く左足を擧げる。

第八十九圖　ナイハンチ初段（其三十三）

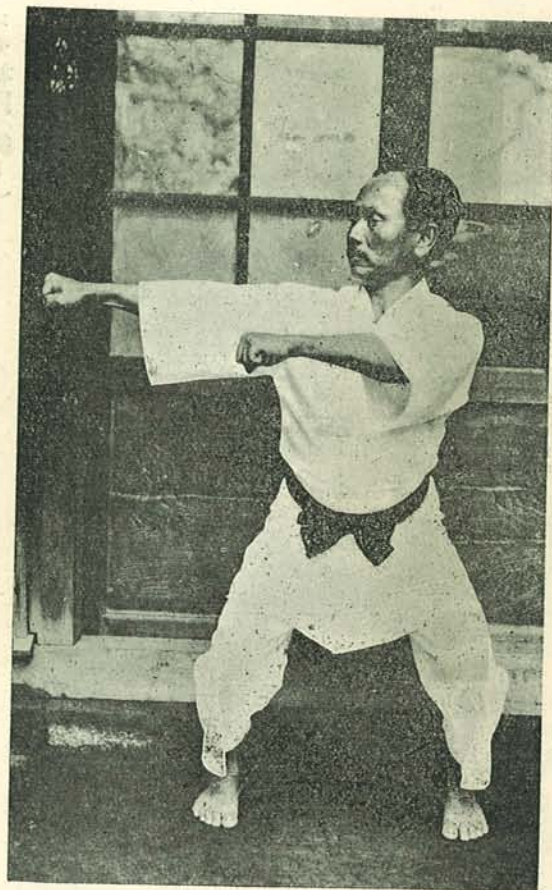
三十三の呼稱で擧げたる足を元の位置に復すと同時に體を左へ廻はして圖の如くす。

三十四の呼稱で體を正面へ復すと同時に、右向きをなす。

第九十圖　ナイハンチ初段　（其三十四）

但し手は左脇腹へ圖の如く右上に重ね合す。

三十五の呼稱で九十圖の姿勢より兩手を同時に突出す。

第九十一圖　ナイハンチ初段　（其三十五）

（此時左手と胸部との間隔は凡そ五寸程たるべし）

三十六の呼稱で手と足を同時に引き、暫らく右を見詰めてから顔を正面に復す。

ナイハンチ初段（終り）

第九十二圖　ナイハンチ初段（其三十六）

團體練習の場合は終了後一禮解散。

注意。初稽古者の爲に委しい圖を出したので三十六擧動になつてゐるが、其實は三十二擧動に過ぎない。そこで型を覺えた後は三十六から四減して三十二擧動となす。

省略す可き呼稱。

十二、十五。

廿九、卅三。

第四、公相君（少林流）

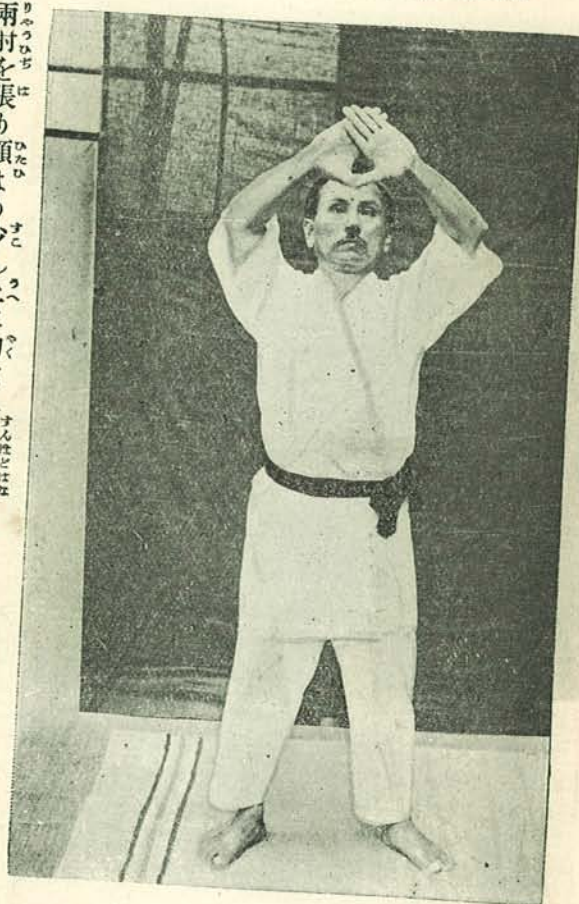
全部にて六十擧動、熟練すれば約二分間にて終了す
一動作ごとに番號を呼び、十唱法により繰返す

第九十三圖　公相君用意の（姿勢）

用意にて八字立となり（足尖の廣さ約一尺四五寸）開方は手を組むと同時に左より一二と開く

（團體練習の場合は體操の時の如く大間隔に開くべし）

第九十四圖　公相君（其一）

初め一の呼稱と共に兩手を靜かに面部より少しく上に止め、手の穴より天を眺むるが如き姿勢を取る。

但し兩肘を張り額より少し上に約七八寸程放す。

二の呼稱と共に成るべく丸く兩手を靜かに側面より下ろし圖の如く右手を上に組む。

第九十五圖　公相君　(其二)

俗に是を月の丸と稱し、武具を持たぬと云ふことを示したのである。

三の呼稱と共に左側に第九十六圖の如き姿勢を取る、この時足の立方は後屈の姿勢で丁度形をなす。

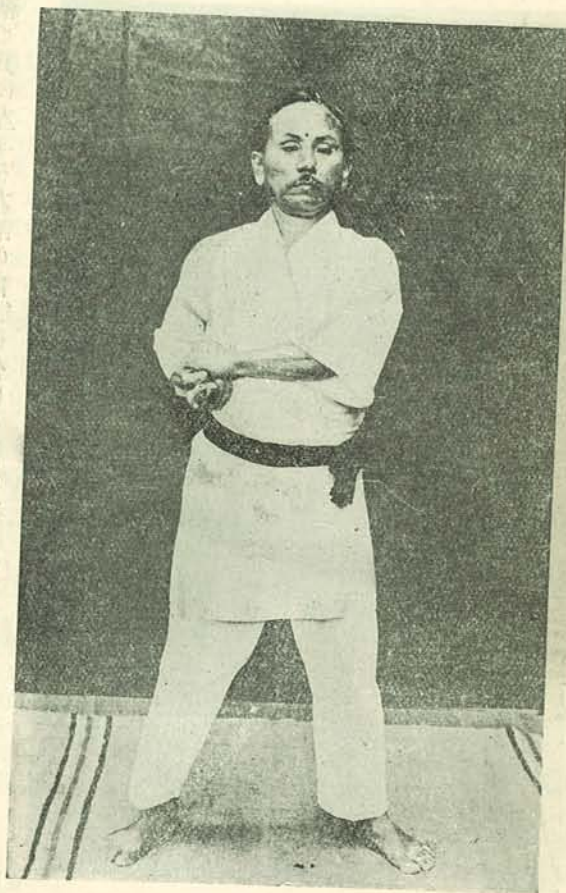
第九十六圖　公相君　(其三)

この手は左側面より急に敵現はれ不意に突込んで來たのを左手で受け、右手は攻撃準備をなす所である。

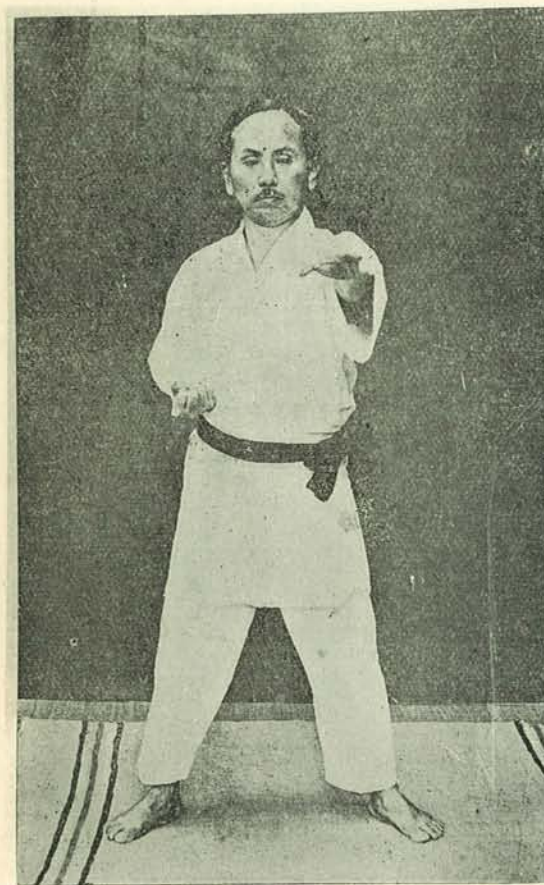
第九十七圖　公相君（其、四）

四の呼稱で左構へより急に右構へに變じ第九十七圖の如き姿勢を取る。

但し立方は後屈姿勢。ヤハリ側面受けの姿勢である。

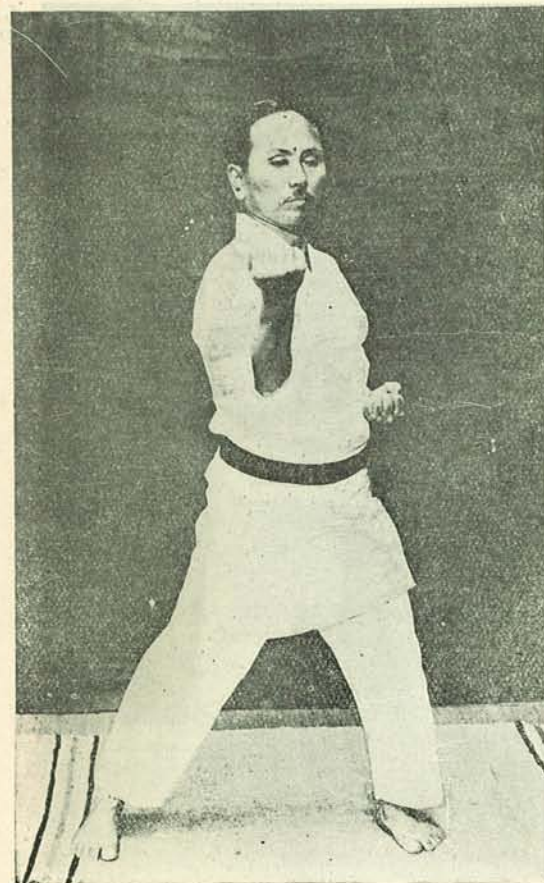
第九十八圖　公相君（其、五）

五の呼稱で體を正面に復し、兩手を第九十八圖の如く右脇に組む。

六の呼稱と共に左手を左肩の向ふに伸ばし圖の如く相手の手に掛けつかまへんとする

第九十九圖　公相君（其六）

姿勢を取る。

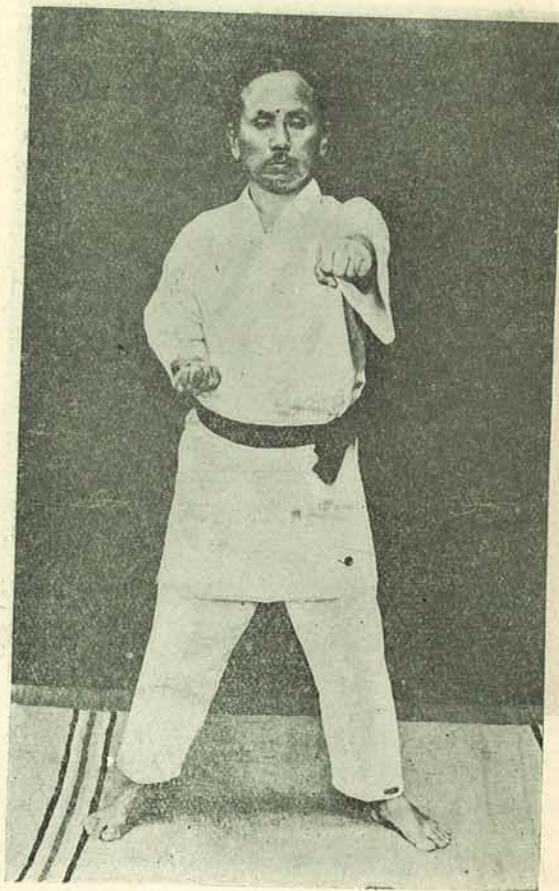
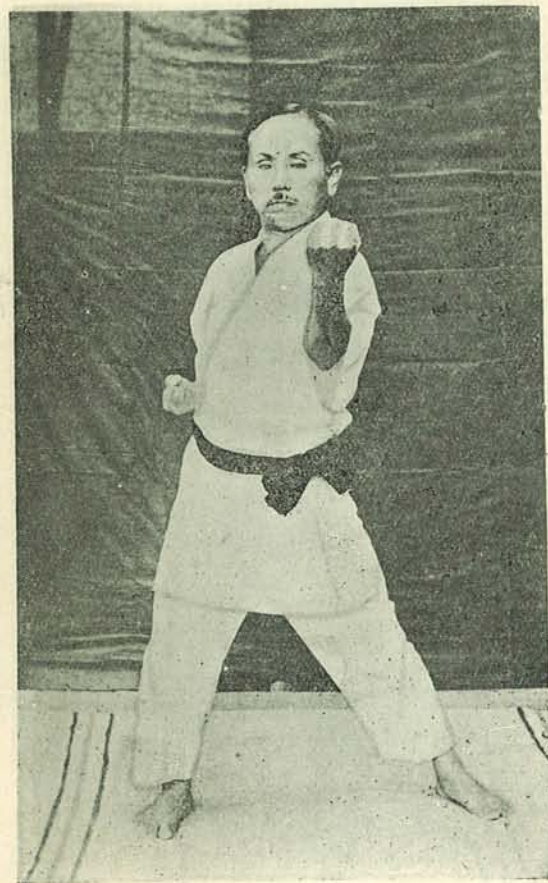
七の呼稱と共に左手を引くと同時に右手を突出す。當ての極まる時はウント丹田に力を入れる。

第百圖　公相君（其七）

この種の手はどこでもつかまへたら引くと同時に突くので敵の力を利用して二倍の力で當る譯だ。

八の呼稱と共に突出したる右手を伸ばしながら下より左へ廻はし、内受けをなす手の極まる時は成るべく肩を前に第百一圖の如くせよ。

第百一圖　公相君（其八）

この時足の立方は左屈、右伸。

第百二圖　公相君（其九）

九の呼稱で左手を突くと同時に右手を引付き體を元の姿勢に復す。

十の呼稱で左手を下より右へ廻はし半月を描くが如くに内受けをなす。

第百三圖　公相君（其十）

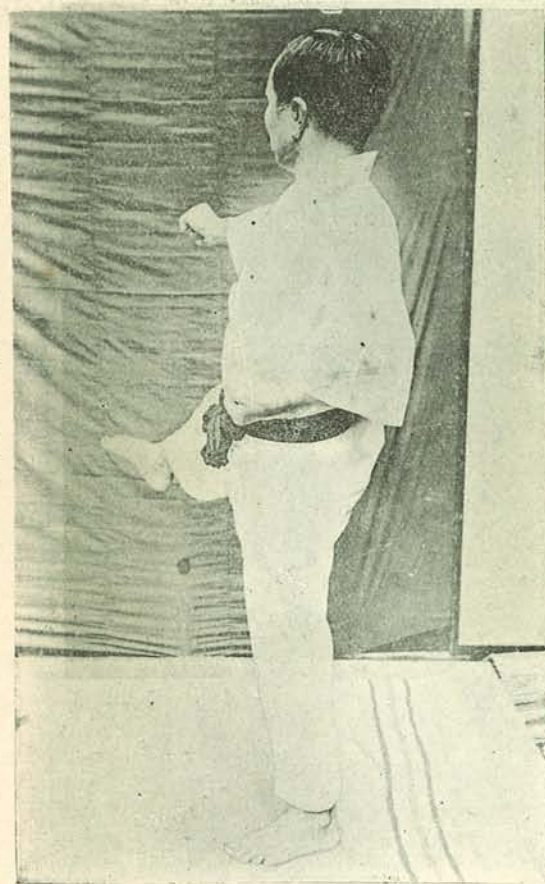
但立方は右屈、左伸。百二圖と百三圖は全く正反對の姿勢を取る。

十一の呼稱で兩手を左脇腹に組み右足を左膝頭の上に擧げると同時に圖の如く右後ろに向く。

第百四圖　公相君（其十一）

ピンアン初段第三十四圖と全くの姿勢である。

十二の呼稱第百四圖の如く左膝頭の上に擧げた左足を蹴放すと同時に右手を突出す。

第百五圖　公相君（其十二）

十二もピンアン初段第三十五圖と同一の姿勢である。

十三の呼稱と共に蹴放したる足を其場に下ろし左後ろへ振り向くと同時に第百六圖の如き姿勢を取る。

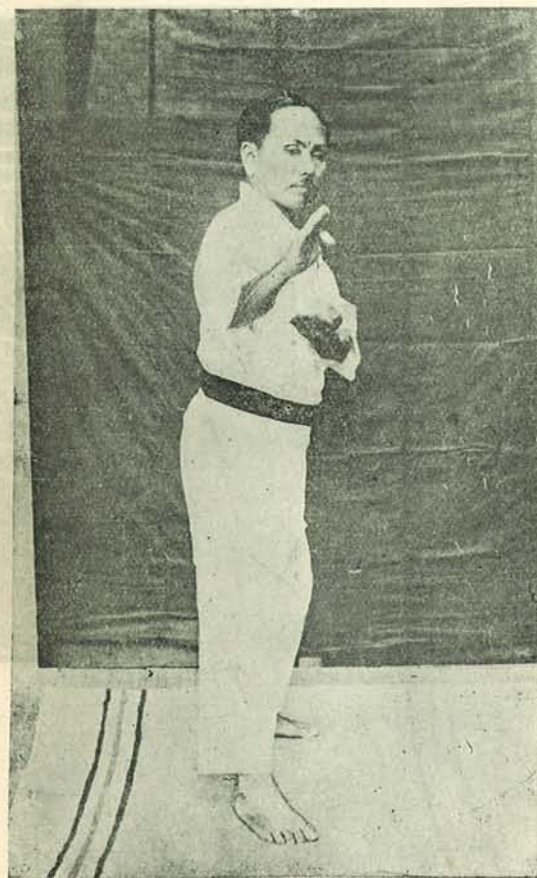
第百六圖　公相君（其十三）

但し立方は後屈姿勢。

第百七圖　公相君（其十四）

十四の呼稱と共に右足を一歩前進しながら右受の構へに變ず。

第百八圖　公相君（其十五）

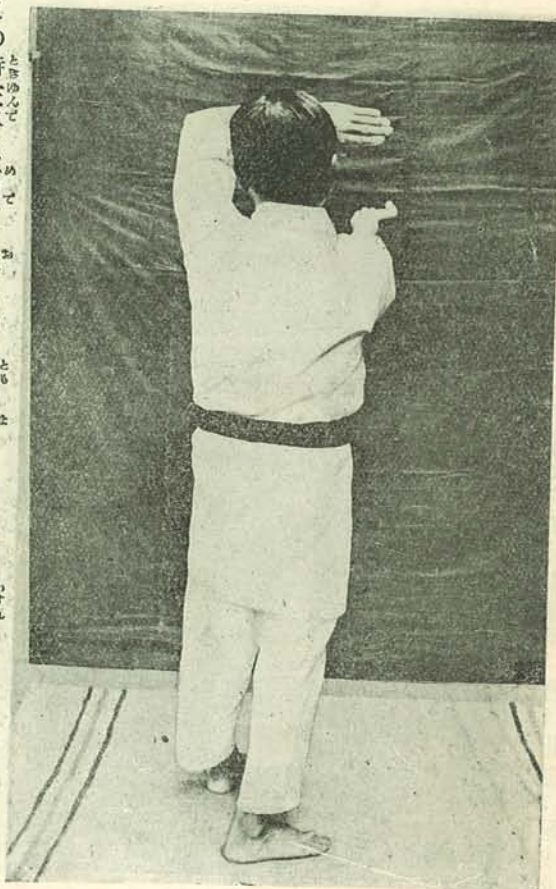
十五の呼稱で又右受の構へより左受の構へに變じ十三の構へと全く同じ姿勢を取る。

注意。百六圖、百七圖、百八圖は左と右の相違のみで同じ姿勢たるを忘るな。

十六の呼稱で右足を一歩前進すると同時に右手で貫き倒すやうな勢で突く、俗に是を貫手と名づく。

第百九圖　公相君（其十六）

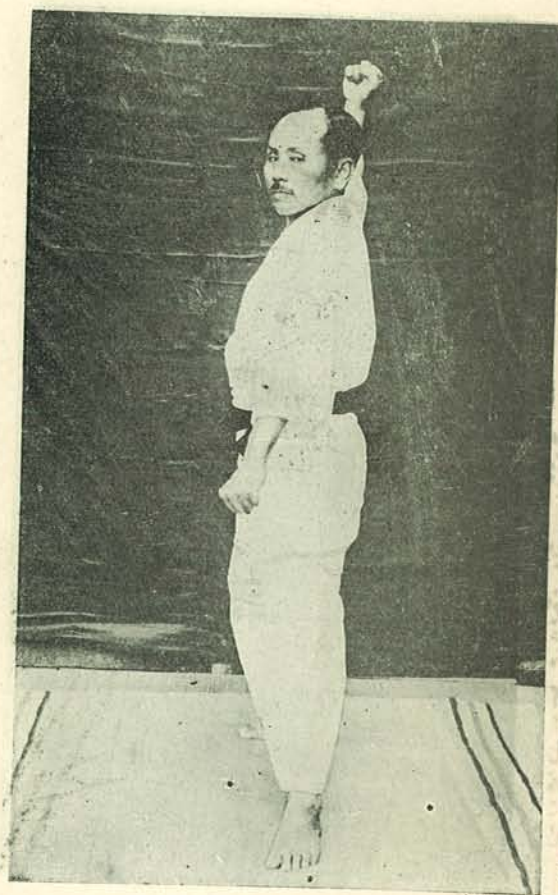
この時足は足は何れにも偏せず突張り立をなす。

十七の呼稱と共に十六の位置で左へ回轉すると同時に、右手を伸ばし額の前より右へ廻はして第百十圖の如き姿勢を取る。

第百十圖　公相君（其十七）

但しこの時左手は右手を追はして共に廻はすことを忘るな。これは右手で敵の手を掬ひ受けて摑み蹴らんとする勢。

十八の呼稱で右手の先を成るべく高く蹴放す。

第百十一圖　公相君　(其十八)

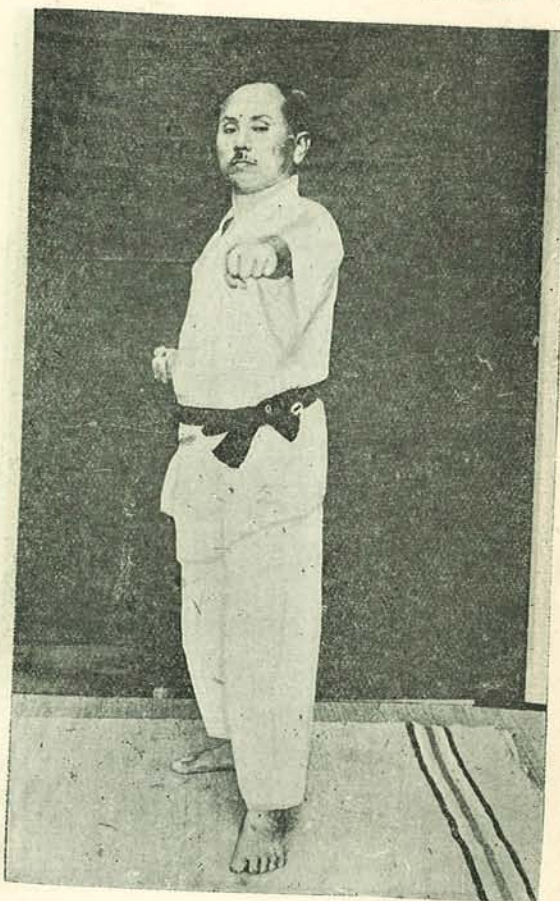
但しこれは敵の突込んだ手をつまへて蹴放すと云ふ意で、實は此處に足を止めるところではない。

十九の呼稱で蹴上げた足を其場に下ろすと同時に後ろに振り向き後屈の姿勢で右手を下に伸ばし左手を上にして、右肩前より互に引張るやうに第百十二圖の如き姿勢を取る。

第百十二圖　公相君　(其十九)

第百十三圖　公相君（其二十）

二十の呼稱と共に右手を下に左手を右肩前に擧げて交叉す。

但し下體は第百十三圖に同じ。

第百十四圖　公相君（其二十一）

二十一の呼稱と共に前に出したる足を少しく引き縮めると同時に左手を徐ろに突き出すやうに伸す。

二十二の呼稱と共に右手で額前より右へ半圓を描くが如く廻はし、左手は右手を追はし右手が正面眞直に極まる時左手額上に極まる。

第百十五圖　公相君　（其二十二）

二十三の呼稱と共に右手先の邊を右足で蹴放すこと第百十六圖に同じ。

第百十六圖　公相君　（其二十三）

二十四の呼稱で蹴放したる足を其場に下ろすと同時に後ろへ振り向き體を右足に支へて交叉し、左手を圖の如く引き放す。

第百十七圖　公相君（其二十四）

二十五の呼稱で右の手を下に打込むと同時に左の手を左肩の前に持つて來る。

第百十八圖　公相君（其二十五）

第百十九圖　公相君（其二十六）

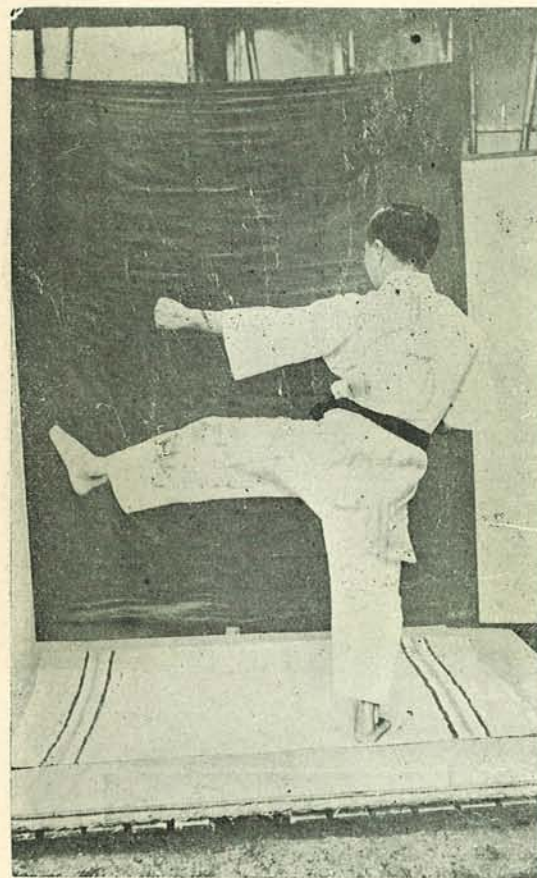
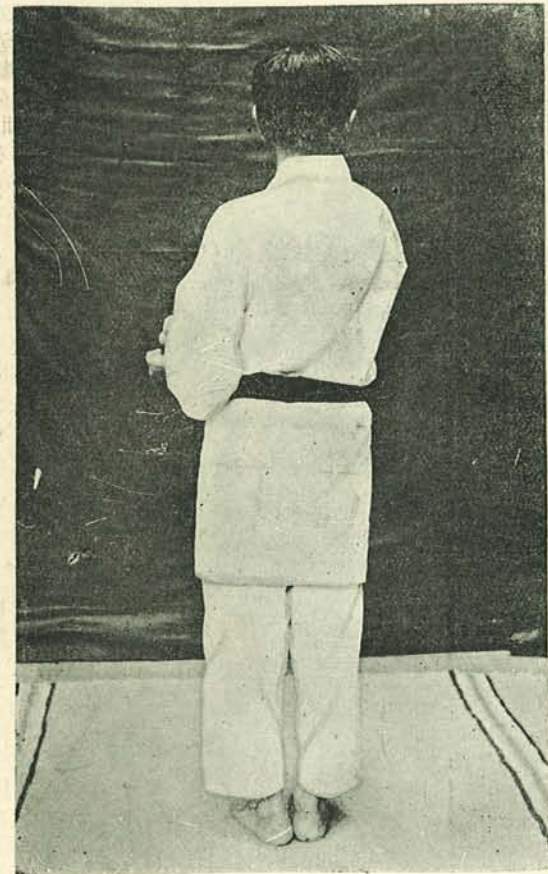
二十六の呼稱で左足を少し右足に引付けると同時に左手を眞直に徐ろに突出す。

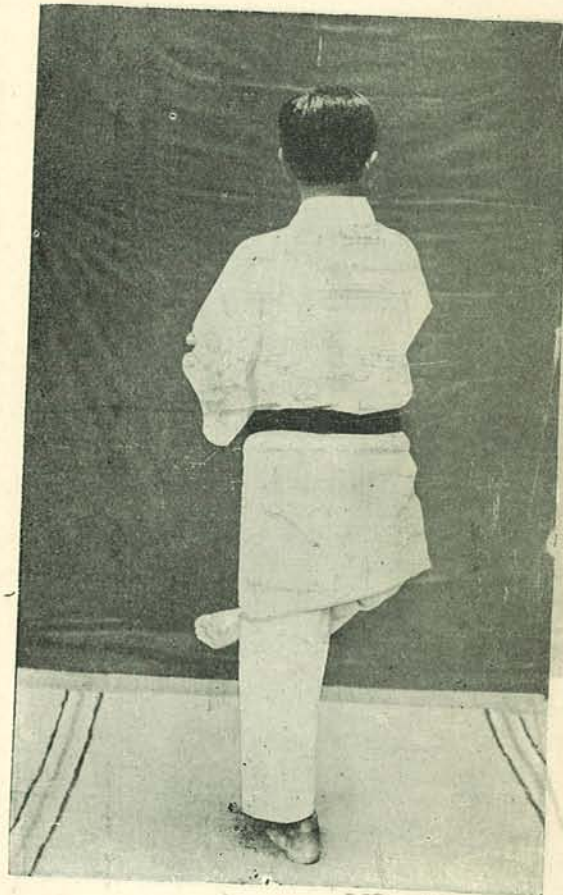
第百二十圖　公相君（其二十七）

二十七の呼稱で右脇腹に（左手上）兩手を組むと同時に左足を擧げ左側面を見る。

第百二十一圖　公相君（其二十八）

二十八の呼稱で左手を左側面に突出すと同時に左足を同方向へ蹴放す。

第百二十二圖　公相君（其二十九）

二十九の呼稱で蹴放したる足を其場に下ろすと同時に直ぐに右足を少しく引摺り進めて右猿臂を使ふこの時右手は握りたるまゝ左手は指を伸ばして右手の上に重ぬ。此處はナイハンチ初段第五十九圖の所と同一意義である。

三十の呼稱で兩手を左脇腹（右手上）に組むと同時に體を眞直に直ほし急に右側面を見る。

第百二十三圖　公相君（其三十）

三十一の呼稱で三十の姿勢のまゝ右足を左膝頭に輕く觸れ、將に右方へ蹴放さんとするの姿勢を取る。

第百二十四圖　公相君（其三十一）

第百二十五圖　公相君（其三十二）

三十二の呼稱で右手右足を同時に右へ蹴放す。

第百二十六圖　公相君（其三十三）

三十二の呼稱で蹴放すや否や其足を其場に下ろし、左足を少しく引摺りながら左猿臂を使ふ。

但しこの時左手は握り右手は指を伸ばす。

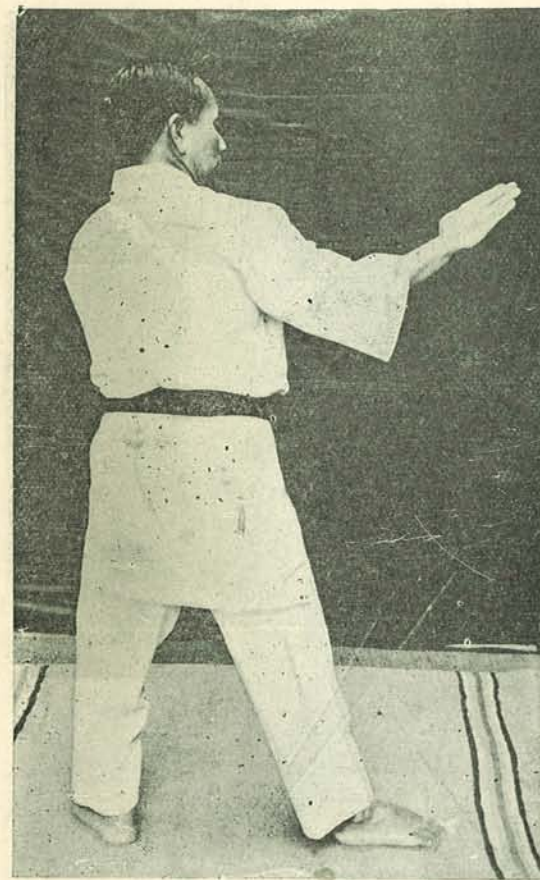
三十四の呼稱で早速右足を樞に左へ廻はり、第百二十七圖の如く左受けの姿勢を取る。

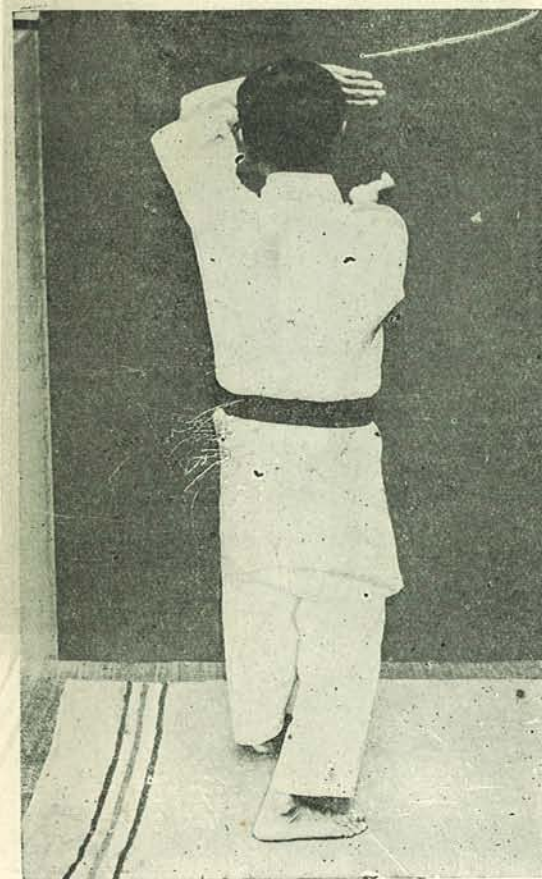
第百二十七圖　公相君（其三十四）

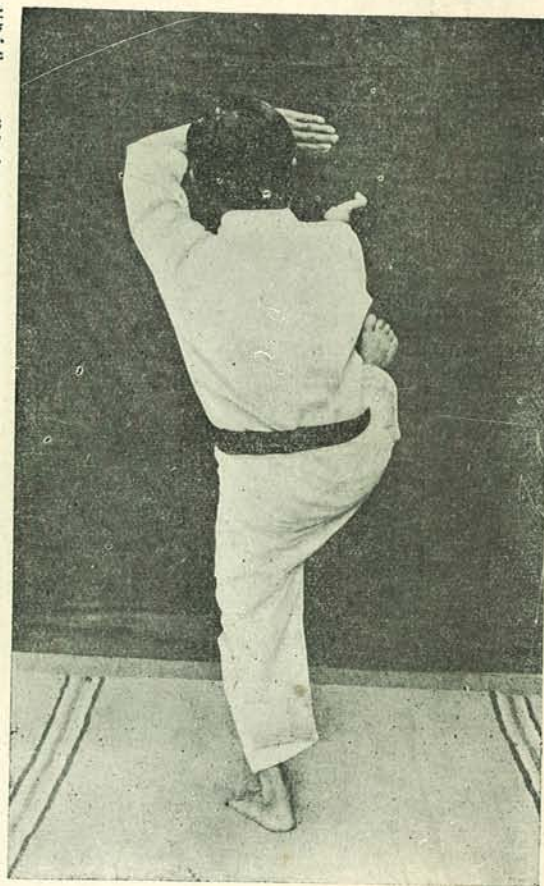
三十五の呼稱で右足を一歩左斜へ前進すると同時に右受の構へをなす。

第百二十八圖　公相君（其三十五）

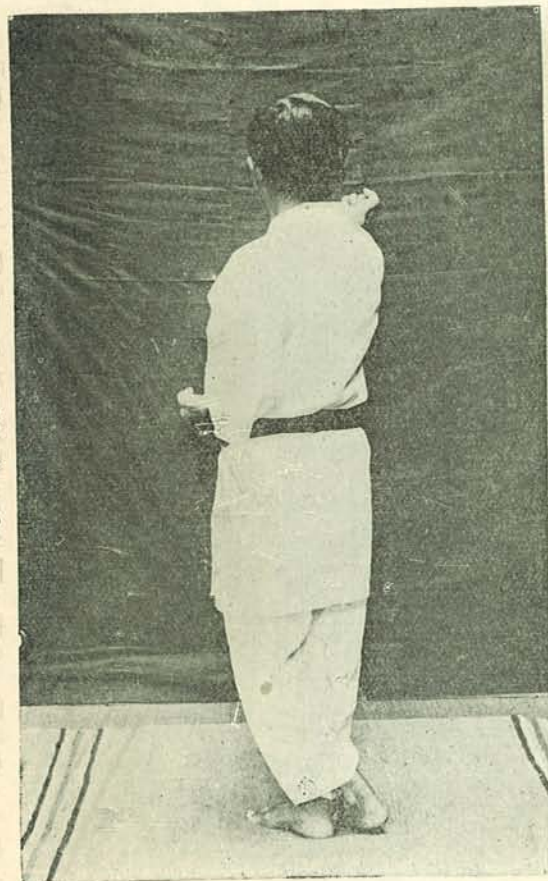
三十六の呼稱で第百二十八圖の姿勢のまゝ左足を樞にして、四分の一だけ後ろへ方向を轉じ圖の如き姿勢を取る。

第百二十九圖　公相君　(其三十六)

三十七の呼稱で第百二十九圖の姿勢を崩さず其まゝ、左足を樞として四分一だけ前に方向を轉じ左受けの姿勢を取る。

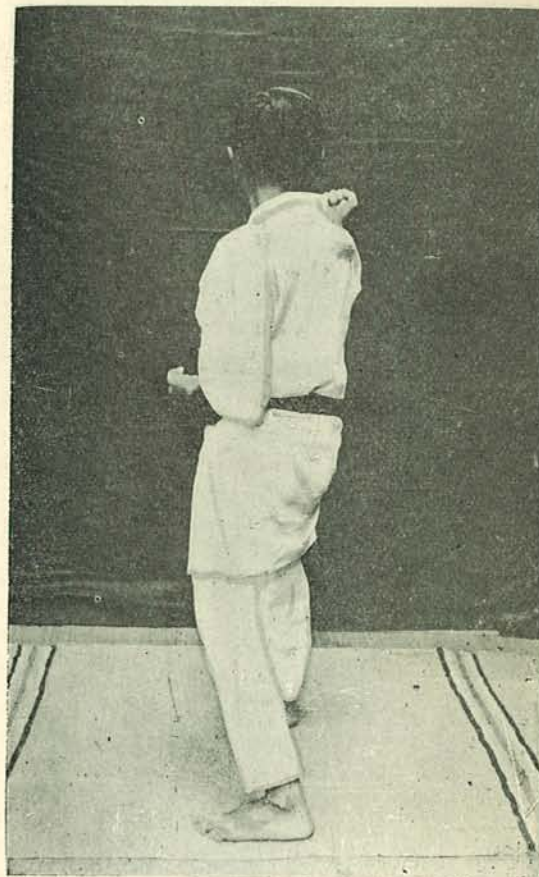
第百三十圖　公相君　(其三十七)

三十八の呼稱で左の足を演武線二線上に摺り直ほすと同時に、右手を額面上より右へ半圓を描くが如く前に廻はして伸ばす、この時左手も一緒に追はして動作を共にす。

第百三十一圖　公相君（其三十八）

三十九の呼稱で右手先を右足で成るべく高く蹴放す。

第百三十二圖　公相君（其三十九）

但し敵方より上段で突込んで來る手を此方の右手でかつみ引くが如く蹴放す意である。

三十九の呼稱で一歩前に飛込むと共に左手を前より脇腹に引くと同時に右手正面より縦に半圓を描くが如く前に打伸ばす（手甲下向）俗にこれを裏手と名つく。

第百三十三圖　公相君（其四十）

この時左足を引摺り右足後に圖の如く輕く引き付ける。

四十一の呼稱で右手を下に引きながら左前より半圓を描いて圖の如く受ける、この時

第百三十四圖　公相君（其四十一）

兩足は少し後へスザリ前屈の姿勢を取る。

四十二の呼稱で四十一の如く受けると同時に直ぐに左手で突き込む。

第百三十五圖　公相君（其四十二）

但しこの時立方前屈姿勢。

四十三の呼稱で左手を引くと同時に右手で突込む。

第百三十六圖　公相君（其四十三）

注意・第百三十五圖と第百三十六圖はつゞけて突くことを忘るな。

第百三十七圖　公相君（其四十四）

四十四の呼稱で左足を軸に二分の一、左廻轉をなすと同時に（右脚を屈げて上ぐ）左掌で輕く膝頭を撫で上げ右腕に圖の如く附す。

但し左手で引寄せ右膝頭にブチ打つ意である。

第百三十八圖　公相君（其四十五）

四十五の呼稱で四十四の姿勢より直に倒るゝが如く兩掌を以て地に支へ後を見詰める

但しこの時右足を屈げ左足を伸ばす。

これは互に手がつまつて進退谷まる時、敵をまごつかせ、次ぎの策を案ずる爲ワザト倒れるのである。

四十六の呼稱で直に飛び起き左後へ振り向と同時に第百三十九圖の如き姿勢を取る。

第百三十九圖　公相君（其四十六）

但しこの時左足は第百三十八圖のまゝ。
敵は倒れに乘じて蹴込んで來た足を受けた勢。

四十七の呼稱で四十六の姿勢より右足一歩前に踏み出し第百四十圖の如く右構へをなす。

第百四十圖　公相君（其四十七）

四十八の呼稱で四十七の姿勢より直ぐに右足を樞に二分の一の左廻轉をなし左受けの姿勢を取る。

第百四十一圖　公相君（其四十八）

四十九の呼稱で左手を引くと同時に右手を突き出す。

立方、前屈姿勢。

第百四十二圖　公相君（其四十九）

五十の呼稱で左足を軸に直ぐに右へ振り向くと同時に左右一歩前進圖の如く右構へをなす。

第百四十三圖　公相君（其五十）

立方、前屈姿勢。

五十一の呼稱で右手を引くと同時に左手を突き出す。

第百四十四圖　公相君（其五十一）

左で受けて右で突き、右で受けて左で突く。

五十二の呼稱で左手を引くと同時に右手を突き出す。

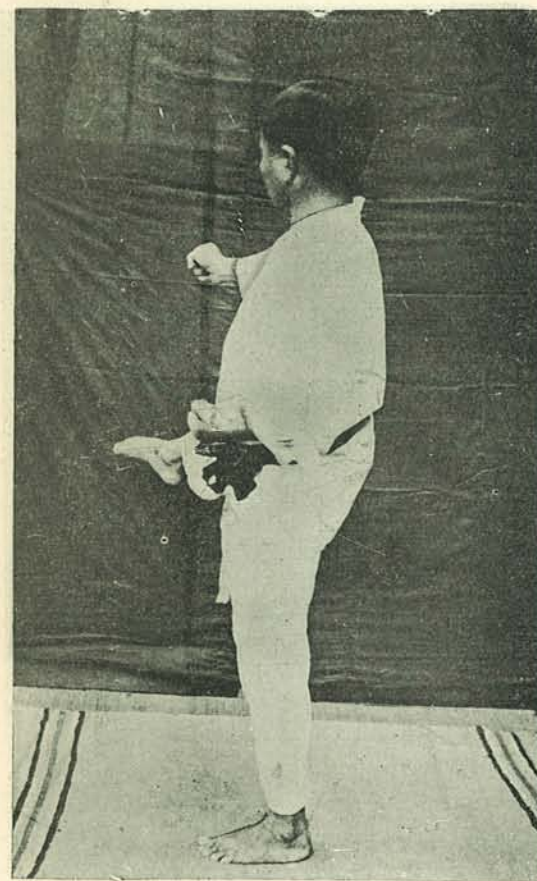
第百四十五圖　公相君（其五十二）

但し五十一の呼稱で左を突くと同時に右連突するものと知るべし。

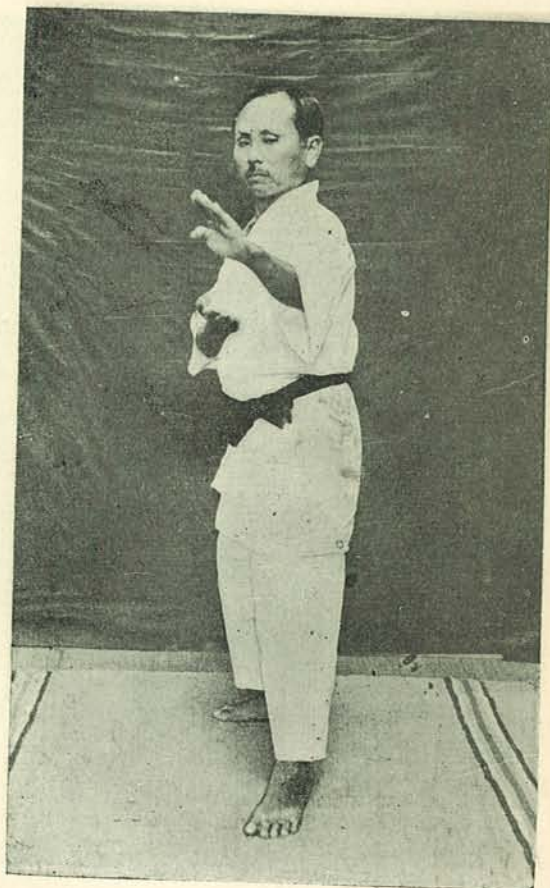
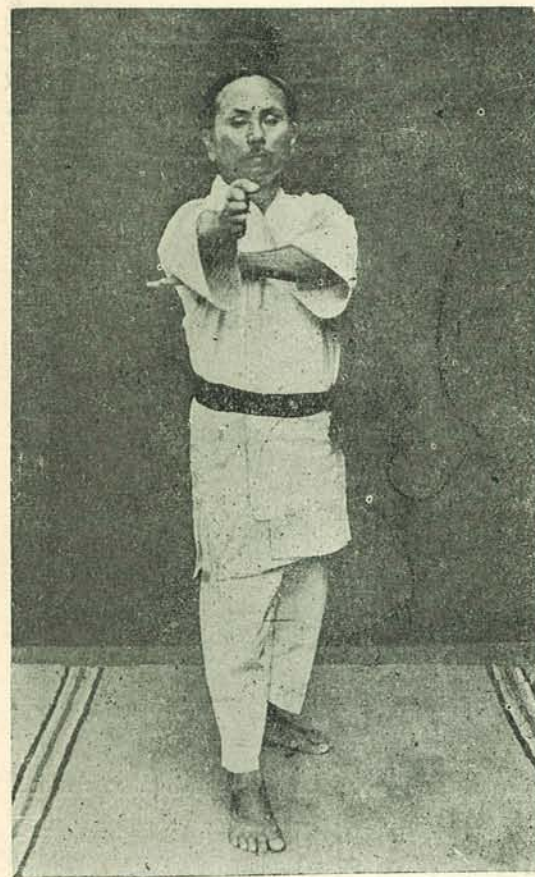
五十三の呼稱でつゞき突きをしたら急に右後ろへ振り向き圖の如く手を組み足を擧ぐ

第百四十六圖　公相君（其五十三）

五十四の呼稱で五十三で手を組み足を擧げて準備したのを共に圖の如く蹴放す。

第百四十七圖　公　相　君　(其五十四)

五十五の呼稱で第百四十八圖の如く蹴つたら直ぐに其場に足を下ろし後ろへ振り向き左構への姿勢を取る。

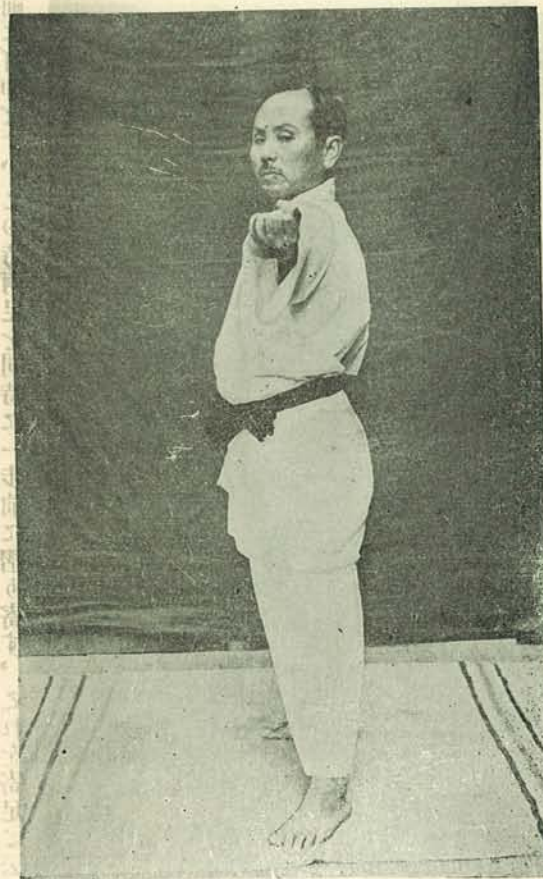
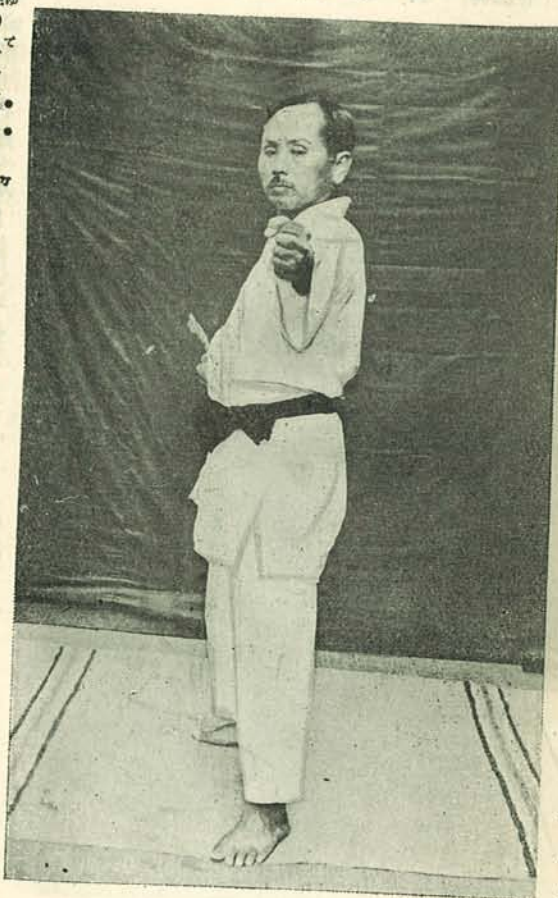
第百四十八圖　公　相　君　(其五十五)

第百四十九圖　公相君　(其五十六)

五十六の呼稱で右手を左手の上より貫き通すが如き勢を以て右足と共に突き込む。
ピンアン初段の貫手と全く同一意義である。

第百五十圖　公相君　(其五十七)

五十七の呼稱で五十六で突き込んだ手を右へかへすが如く、體と共に捻ぢ反へらんとする姿勢を取る。
手を捻ぢらるゝ時捻ぢらるる方向に廻はり、左手を以て廻ぐり打つ。

第百五十一圖　公相君（其五十八）

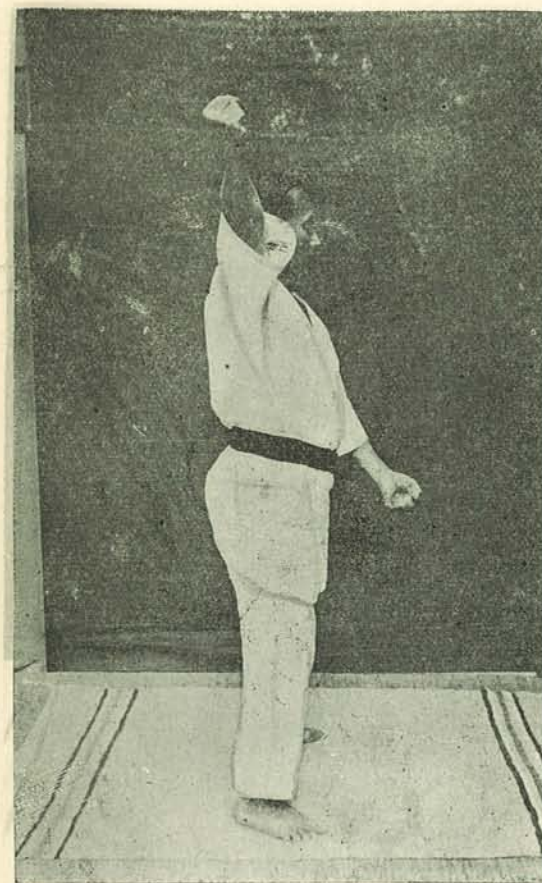
五十八の呼稱で右へ廻はりながら右手を引くと同時に左手を頭上より半圓を描いて前に打伸ばす。

第百五十二圖　公相君（其五十九）

五十九の呼稱で五十八の姿勢のまゝ左手を正面より縦に半圓を描きながら（手の甲を下に）前に打伸ばす、この時兩足を同時に一歩前に摺り寄す。これを寄足と云ひ、又この種の手を裏手と名づく。

六十の呼稱で右足を少し前に引摺り進めると同時に右猿臂を使ふ。

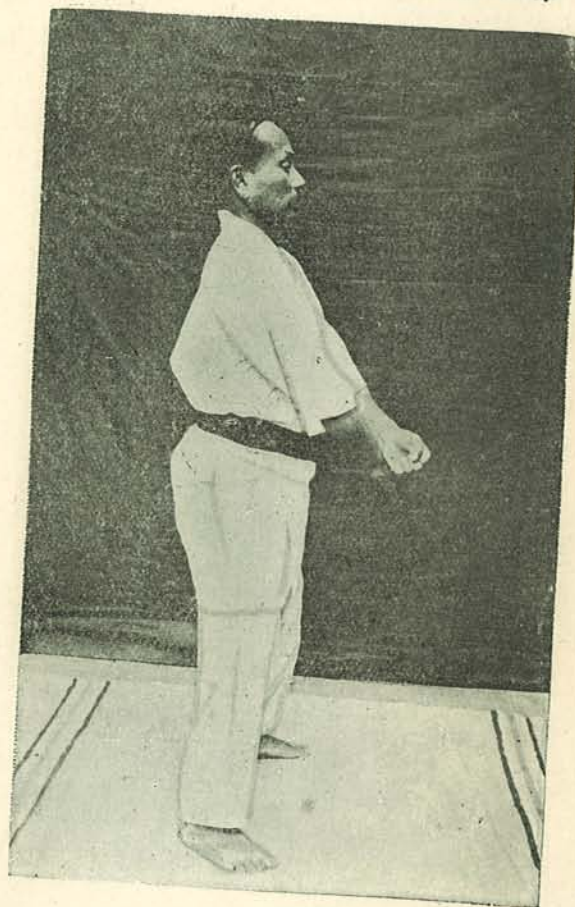
第百五十三圖　公相君（其六十）

六十一の呼稱で右後ろへ身をかはし圖の如く右手を以て下段へ打込む。

但し前屈姿勢。

第百五十四圖　公相君（其六十一）

六十二の呼稱で左足を一歩右側へ踏込むと同時に、左手を打込み右手を上げる。

第百五十五圖　公相君（其六十二）

但し左右手の動作は同時たりと知るべし。

六十三の呼稱で右手を左手下に打込み兩手を下段に交叉すること第百五十六圖の如し

第百五十六圖　公相君（其六十三）

第百五十七圖　公相君（其六十四）

六十四の呼稱で下に組みたる手を其まゝ上に上げ、指を伸ばして圖の如き姿勢を取る。

第百五十八圖　公相君（其六十五）

六十五の呼稱で六十四の姿勢を崩さず其まゝ、右足を軸に右二分の一廻轉をなす。

六十六の呼稱で六十五の姿勢のまゝ兩手を握り正面中段に引き下ぐ。

第百五十九圖　公相君　（其六十六）

注意　型を良く覺えた後は、六十七、六十八を同時に蹴放す、俗に是を飛蹴と名づく。

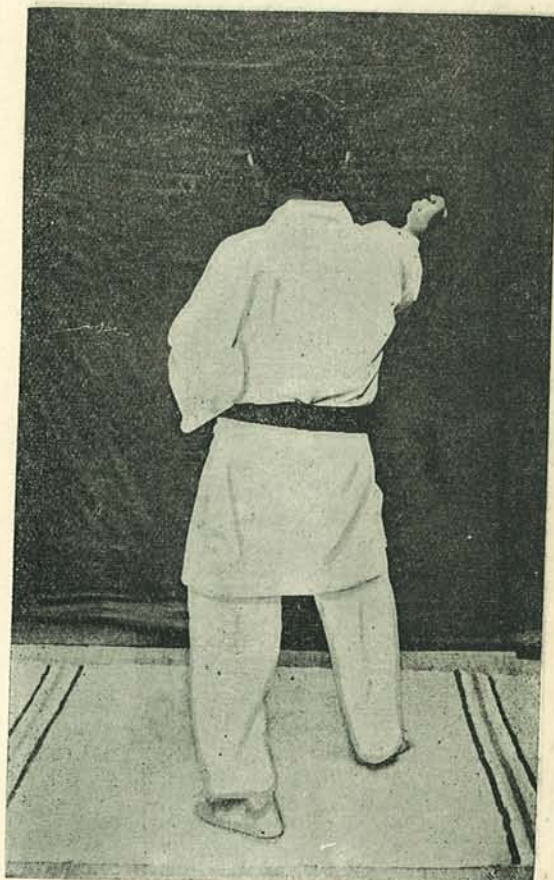
六十七の呼稱で六十六の姿勢のまゝ左足を以て成るべく高く蹴り上ぐ。

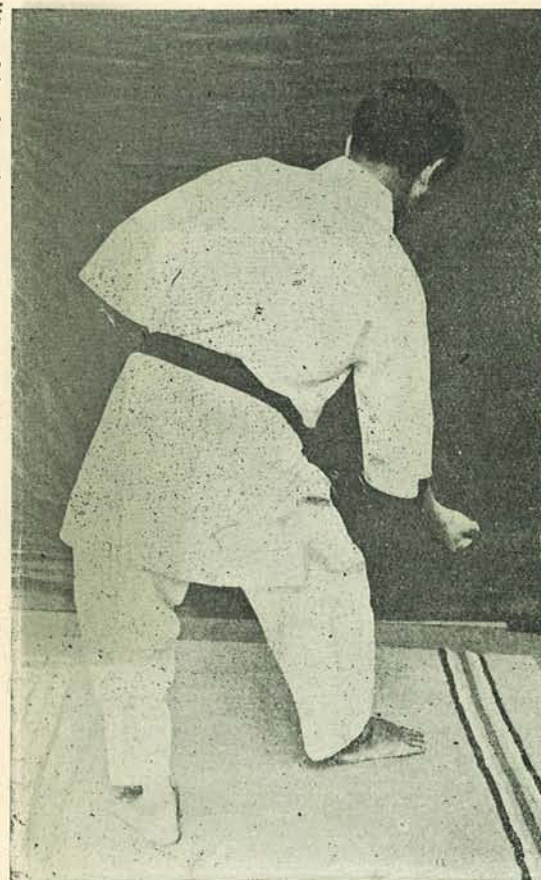
第百六十圖　公相君　（其六十七）

第百六十一圖　公相君　(其六十八)

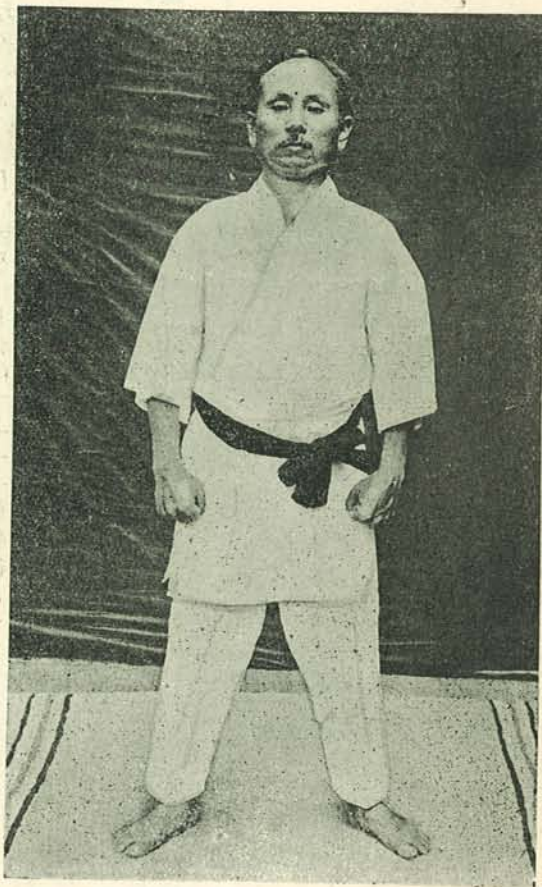
六十八の呼稱で六十七の姿勢のまゝ、右足を以て成るべく高く蹴り上ぐ。

第百六十二圖　公相君　(其六十九)

六十九の呼稱で兩足が地に着くと同時に、左手を以て正面なる物を掴まへて引くが如く、それと同時に、右手を以て胸を輕く撫でるやうにして上に廻はし、裏手を打込む

七十の呼稱で右手を少し右後ろへ引き廻はすと同時に、右足を樞に左足を輕く擧げて右へ一回轉をなす。

第百六十三圖　公相君（其七十）

右手に敵の足を掛け成るべく下より體を屈めて後へ一回轉をしながら捨てる心持。

七十の呼稱で右へ廻りながら元の姿勢に復す（終り）

第百六十四圖　公相君（其七十一）

團體練習の場合は此處で止めの號令を掛け、直れ、一禮して解散。

注意・初稽古者の爲に委しい圖を出したので七十一動作になつてゐるが、其實六十擧動に過ぎない。

そこで型を覺えた後は七十一から十一減じて六十擧動と做す。

番號省略す可きもの五、十一、廿七、三十一、四十四、五十三、五十七、六十五、六十七、六十八、七十である。

第百六十五圖　ピンアン二段（其一）

第五、ピンアン二段（少林流）

全部にて二十一擧動一動作毎に數を呼び一より十迄を繰返す約二分にて全運動を了る。

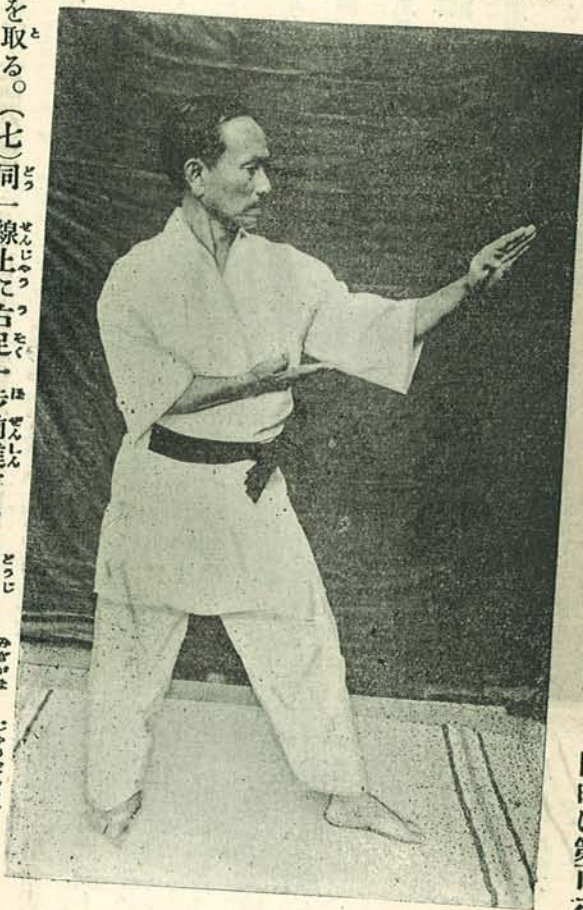
閉足姿勢で用意にて、拳を握りながら八字立をなす（爪先の間凡一尺五寸）

初め（一）演武線第一線上に左へ第百六十六圖の如き姿勢を取る。（二）右足一歩前進すると同時に右手突込む。（三）後ろへ振向くと同時に同一線上の右へ第百六十六圖の

第百六十六圖　ピンアン二段（其二）

反對姿勢を取る。（四）右手右足を自分の前に引き寄するが如く體を伸ばし額面上より

半圓を描いて肩と水平線上に（手の甲後向）打止む。（五）右手を引くと同時に左手左足共に突込む。「（二）の反對」（六）演武線第二線上に左足を移すと同時に第百六十五圖

第百六十七圖　ピンアン二段（其三）

の姿勢を取る。（七）同一線上に右足一歩前進すると同時に右構へ上段受の姿勢を取る

(第百六十六圖參照)(八)同一線上に左足一歩前進すると同時に左上段受の姿勢を取る。(第百六十六圖)の反對(九)同一線上に右足一歩前進すると同時に(第百六十六圖)の姿勢を取る。(一〇)右足を樞として左後ろへ廻はると同時に第三演武線上に第百六十五圖の姿勢を取る。(一一)同一線上で右手右足共に突込む。(一二)右後へ同一線上に右足を移すと同時に(第百六十五圖)の反對姿勢を取る。(一三)同一線上で左手左足共に突込む。(一一)の友對。(一四)第二演武線上に戻り左足を移して(第百六十五圖)の姿勢を取る。(一五)同一線上で右手右足共に突込む。(一六)同一線上で左手左足共に突込む。(一七)同一線上で右手右足共に突込む。(一八)右足を樞として左足を第一線上で左へ(第百六十七圖)の姿勢を取る。(一九)左足を樞として右足一歩斜に前進すると同時に(第百六十七圖の)反對姿勢を取る。(二〇)(一九)の姿勢を崩さず其まゝ左足を樞として右足を同一線上に移す。(二一)左足を左斜に前進すると同時に(第百六十七圖の)姿勢を取る。止めの號令で左手左足を同時に元に復す。

第百六十八圖　ピンアン三段（其一）

第六、ピンアン三段(少林流)

全部にて廿四擧動、一動作毎に數を呼び一より十迄を操返す約二分にて了る。

用意の動作すべて前掲の二段と同じ。

第百六十九圖　ピンアン三段（其二）

初め（一）第一線上の左へ（第百六十九圖）の如き姿勢を取る。（二）右足を左足に引付け閉足姿勢を取ると同時に右中段受け左下段拂ひをなす。（三）其位置で左と受け替へる。（四）右足を一歩あとへ戻すと同時に右中段受けの姿勢を取る（第百六十八圖

の反對）（五）左足を右足に引付けると同時に左中段受右下段を拂ふ。（二）の反對。（六）又右と受け替へる。（三）の反對（七）右足を樞として第二線上に左足を移すと同時に

第百七十圖　ピンアン三段（其三）

（第百六十九圖）の姿勢を取る。（八）同一線上に左手の上より（指を伸ばして）右手

を差込むと同時に右足一歩前進す。(ピンアン初段第三十九圖參照)。(九)同一線上で左後ろへ廻はり左足を一歩進めると同時に左手を打伸ばし右手を右脇腹に引く。

第百七十一圖　ピンアン三段（其四）

(一〇)同一線上で右手右足突込む。(一一)右足を樞として二分の一左回轉すると同

時に兩足を揃へ兩手を握つたまゝ兩脇に取り肘を張る。(一二)第二線上で(一一)の姿勢のまゝ右足を一歩進めると同時に右猿臂を仕ふ。(第百七十圖參照)。(一三)其姿勢のまゝ右裏手を打込む。(一四)右手を元の位置に戻す。(一五)其姿勢のまゝ同一線上で左足を一歩進めると同時に左猿臂を仕ふ。(一六)其姿勢のまゝ左裏手を打込む。(一七)左手を元の位置に戻す。(一八)は(十二)に同じ。(一九)は(十三)に同じ。(二〇)は(十四)に同じ。(二一)は同一線上で左手左足共に突込む。(二二)右足を左足に並行す。(八字立)。(二三)右足を軸として同一線上で左へ廻はると同時に右手左肩の上より左肘後ろへ共に突く(第百七十一圖參照)。(二四)右へ寄足すると同時に今の反對動作をなす。

第七、ピンアン四段（少林流）

全部にて廿七擧動、一動作毎に數を呼び一より十迄を繰返す、約二分にて了る。

第百七十二圖　ピンアン四段（其一）

用意の動作すべて前揭の二段と同じ。

初め（一）第一線上で左へ兩手を同時に上げて（第百七十三圖）の如き姿勢を取る。（二）其まゝ兩手を半ば下ろすと同時に再び右へ上げ（一）の反對姿勢を取る。（三）右足

第百七十三圖　ンアン四段（其二）

を樞として第二線上に左足を移すと同時に前屈姿勢を取り兩手を握りたるまゝ（右上

左膝頭の上に交叉す。（第百七十三圖參照）。（四）同一線上で右足を一步前進すると同時に右受けの姿勢を取る。（ピンアン三段第百六十九圖の反對。（五）左足を右足に引付けると同時に兩手を右脇腹に取り（左手上）左側面を見る。（六）左手左足共に蹴放す。（七）右足を少し引摺り寄せ右猿臂を仕ふ。（八）兩手を（右手上）左脇腹に取ると同時に右足を左足に引付け右側面を見る。（九）右手足右を同時に蹴放す。（一〇）左足を少し前に引寄ると同時に左猿臂を仕ふ。（一一）第二線上に跨り八字立となり（指を伸ばしたまゝ）右手を額前より右へ廻はし前に打伸ばす（この時左手は右手につれ動作し右手極まる時右手逆に額上に極まる）（公相君（第百十五圖參照）（一二）其まゝ右足で右手の先を蹴放し一步前に飛込み同時に足を屈めて右足で體を支へ左足を右足趾に引付け左手を脇腹に引く右手を額前より廻はして裏手を打込む（公相君百三十三圖參照）（一三）右足を樞として左後ろへ振向くと同時に兩手中段の構へ（一旦右手上に）交叉するや兩手で物を搔き分くるが如く肩の幅を保つ。（一四）其の姿勢のまゝ右足で成る可く高く蹴放す。

（一五）右突き。（一六）左突き。（一七）其まゝ右足を右斜に轉じながら一旦兩手（右手上）に交叉し互に引張るやうに肩の幅を保つ。（一八）其のまゝ左足で成る可く高く蹴

第百七十四圖　ピンアン四段（其三）

放す。（一九）左突き。（二〇）右突き「十八、十九、廿は十四、十五、十六の反對」。

(二一)第二線上で左手左足前にして左中段受けの構へをなす(右手左肘を追はす)此時(兩手共手の甲下)(二二)同一線上で右手右足前。「(廿一)の反對」。(二三)は廿一に同じ。(二四)右足を前に進めると同時に同膝頭を擧げ兩手で摑みたる物を引下ろしてこの膝頭に打付く心持(第百七十四圖參照。)(二五)右足を其場に下ろすと同時に左後ろへ向き左手左足を前にして中段受けをなす。(ピンアン初段第三十八圖參照)。(二六)右手右足を前にして中段受けをなす(第廿五の反對)。止め右手右足を引き元の姿勢に復す。

第百七十五圖　ピンアン五段(其一)

第八、ピンアン五段(少林流)

全部にて廿三擧動、一動作毎に數を呼び一より十迄を繰返す、約二分にて了る。

用意の姿勢は前揭の二、三、四段と同じ。

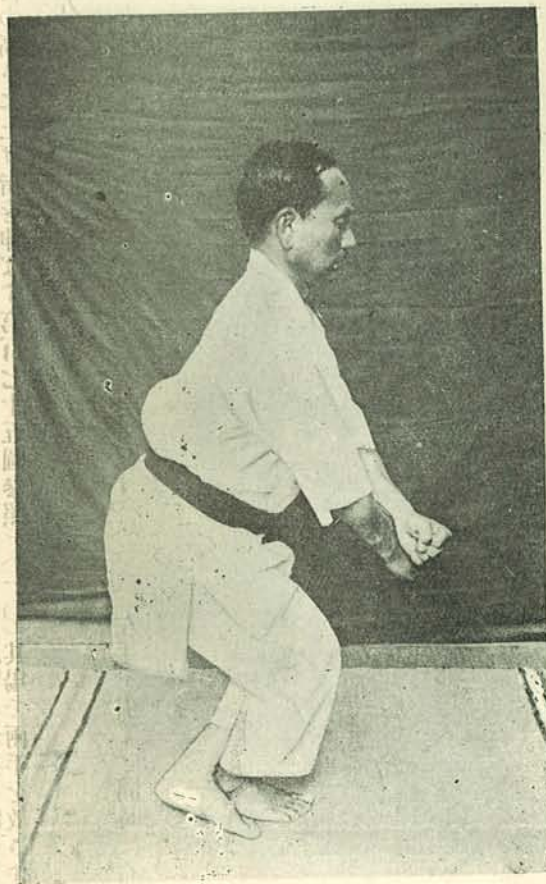
第百七十六圖　ピンアン五段（其二）

初め（一）第一線上左へ左内受けの構へをなす（ピンアン三段第一八六圖參照）。（二）其場で左手引くと同時に右手突く。（三）右足を左足に引付けると同時に右手脇腹に左手左肩の向ひまで（手の甲上）突出す。・手と胸部のはなれ約五寸）（ナイハンチ

第百七十七圖　ピンアン五段（其三）

初段第七十九圖參照）。（閉足）（四）同一線上で右受けの構へをなす「（二）の反對」（五）其場で右手引きつくと同時に左手突く。（六）左足を右足に引付くと同時に左手を引き右手を突く（三）の反對。（ナイハンチ初段第六十圖參照。）（閉足）（七）第二線上で右手

右足前にして右受けの姿勢を取る。但し後屈姿勢（ピンアン初段第三十九圖の反對）（但此時左手の肘を追はす）。（八）同一線上で左足一歩前進すると同時に兩手を握りたるま

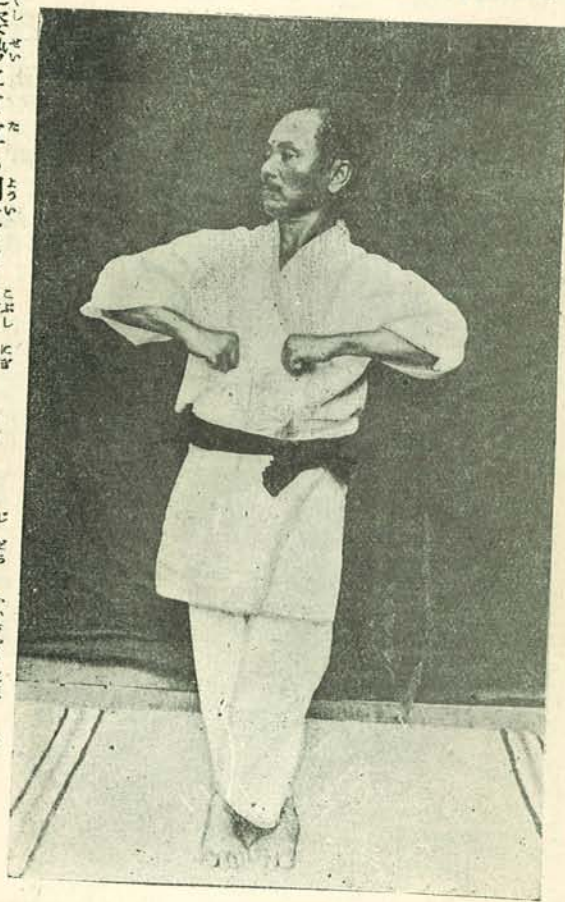
第百七十八圖　ピンアン五段（其四）

ま左膝頭の上に（右手上）交叉す（ピンアン四段第百七十三圖參照）。（九）其まゝ兩手を目の高さに上げ指を伸ばす第百七十五圖參照）（一〇）其場で兩手を放さず右へ繰（但左手首右手首の上に横はる）

（一一）右手を引くと同時に左手を突き伸ばす。（一二）左手を引くと同時に右手右足突込む。（一三）同一線上で右手右足左後ろへ戻し左手脇腹に引くと同時に右手下段へ打込む。（一四）右手脇腹に取ると同時に左手左へ指を揃へて伸ばす。（一五）右足で横から三日月形に廻はして左手の掌を蹴る。（一六）蹴った足の地に着くと同時に右猿臂を仕ふ。（一七）右手を起すと同時に左足を甲が右足の踵に觸れる位に輕く寄引す（この時左拳は右肘に附す）。（一八）其まゝ兩手を右の上斜に伸べる丈伸ばすと同時に左足を前に伸ばす。第百七十七圖參照）。（一九）同一線上で右足を先にして飛べる丈高く廣く飛んで（第百七十八圖）の如き姿勢を取る。（この時體は主に右足で支ふ。）（二〇）右足を一歩右へ出すと同時に（ピンアン初段第五十圖）の如き姿勢を取る。（二一）其立方で右手下に左手右肩の前に一旦交叉してから互に引張る。（但しこの時體を

右斜に倒し後方へ向く。）（二二）其まゝ左足を元の姿勢に戻し身をかはして（二一）の反對動作をなす。（この時は體を左斜に倒す）。止め手と足を元の姿勢に復す。

第九、ナイハンチ二段（昭靈流）

全部にて二十六擧動、一擧動ごとに數を呼び一より十迄を繰返す。全部にて約二分にて了る。

第百七十九圖　ナイハンチ二段（其一）

閉足姿勢にて立ち用意にて拳を握りながら八字立の開脚姿勢を取る。

初め(一)兩肘を張り胸部に上げると同時に左足を右足より輕く越して交叉し右側を見る。(第百九十九圖參照)。(二)右足を一步左へ進めると同時に兩手を其まゝ立て斜に前に倒す(第百八十圖參照)。(三)右手を握つたまゝ前に(手の甲下)打伸ばすと

第百八十圖　ナイハンチン二段(其二)

同時に(左手四指を揃へ拇指下)右腕を輕く支へ足を交叉して右側を見る。(四)右足を一步右へ進めると同時に右手を右へ押す。(五)左足を右足に引付けると同時に第百七十九圖の如く兩肘を張り(この時兩足を伸ばし)左側面を見詰める。(六)左足を一

第百八十一圖　ナイハンチン二段(其三)

歩左へ進めると同時に兩肘を其場に立て徐に左へ廻はしながら左受けの姿勢を取る。（第百八十圖の反對）（七）左手を（手の甲下）前に打伸ばすと同時に右手で支へるこ

第百八十二圖　ナイハンチ二段（其四）

（三）の如し。（この時右足は左足の上に交叉す）。（八）左足を左へ一歩進めると同時に

左手を左へ押す。（九）右へ振り向くと同時に手を握りたるまゝ左脇腹に右手を左掌に當てる。（一〇）其位置で右手を右側へ押立てると同時に右を見る。（第百八十一圖參照。）（一一）右足を擧げると同時に右脇腹に兩手を流し）左掌に右拳を輕く當）足を下ろすと同時に右猿臂を仕ふ。（第百八十二圖參照。）（一二）右手で右側面の手を掴まんとする姿勢を取ると同時に左手は引張るやうに左脇腹に取る。（この時の手の形は拇指と四指を放し右側面に向け肩の高さを保つ）。（一三）右手を右脇腹に取ると同時に左手を右肩の向ひまで突出す。（ナイハンチ初段第七十九圖參照）。（一四）上體其姿勢のまゝ左足右足を越し交叉す。（一五）右足を一歩右へ進めると同時に左手を起す（ナイハンチ初段第八十一圖參照）。（一六）下體其まゝ左手左肩の前右手左肘外側より互に引張る心持で受ける（同初段第八十二圖參照。（一七）兩手を同時に胸部前に左手の上に右手を載せる。同初段第八十三圖參照）。（一八）兩手を同時に右脇部に（左拳を右掌に當て）組む。（一九）左肘を左側に押立てる第百八十一圖の反對）。（二〇）左足を擧げると同時に兩手を左脇腹に取り足を下ろすと同時に猿臂を仕ふ。第百八十二圖

の反對)。(二一)左手で左側面の手を摑まんとする姿勢を取ると同時に右手拳のまゝ互に引張るやうに右脇腹に取る。「(十二)の反對」。(二二)左手を脇腹に引付けると同時に右手を左肩の向ひまで突出す(同初段第六十二圖參照)。(二三)上體其姿勢のまゝ右足を左足より越し交叉す。(同初段第六十三圖參照)。(二四)左足を一歩左へ踏込むと同時に右手を起して受ける。(同初段第六十四圖參照)。(二五)右手左肩前左手右肘前より互に引張るやうに受ける(同初段第六十五圖參照)(二六)兩手を互に中段に引寄せ右手の上に左手を載せる。(同初段第六十六圖參照)。止め元の姿勢に復す。一禮の後解散。

第百八十三圖　ナイハンチ三段(其一)

第十、ナイハンチ三段 (昭靈流)

全部にて三十五擧動、一擧動ごとに數を呼び一より十迄を繰返す、全部にて普通約二分にて了る。

用意の姿勢は前掲の二段と同じ。

初め(一)右足を右へ一歩開くと同時に左手で受け右手は脇腹に取る。(第百八十三圖の如し)。(二)右手と受けかへ左手下段を拂ふ。(三)左手首の上に右手を載せ左横へ倒す。(四)右手を右へ受ける。(五)右手を其まゝ中央に打込む (但し左右中央を受け

第百八十四圖 ナイハンチ三段 (其二)

る。)

(六)右手を引くと同時に左手で右の手首を緩く上から摑む。(七)右手突き出すと同時に左手は右肘の處に流す。(八)右を見ると同時に右手を右へかへす。(九)其姿勢のまゝ左足は右足を起して交叉す。(一〇)左手で右手を右側へ押し拔ふ。(一一)直ぐに右手を左へかへし圓を描いて後へ振り捨つ。(第百八十四圖は手を廻はさんとする處。)(一二)其まゝ右手を脇腹に取る。(一三)前に突き出す。(一四)其まゝ右手受け左手下を拂ふ。(一五)又左手と受けかへる。(一六)右手首の上に左肘を載すると同時に左側を見る。(一七)右足を左足の上より越し交叉す。(一八)左足を一歩左へ張ると同時に目は正面に復す。(一九)其場で右へ腕を倒す。(二〇)左へ腕を起す。(二一)中央へ打込む。(二二)左肘を引くと同時に左脇腹で右手で緩く摑む。(二三)左手突出すと同時に右手は左肘の前に流す。(二四)左腕を左へ捻ぢ起すと共に左側面を見る其まゝ右足は左足を越し交叉す。(二五)左足を左へ踏出すと同時に左腕を押す。(二六)成るべく低く右前面より圓を描いて後ろへ振り捨つ。(二七)左脇腹に緩く右手で左手首を摑

む。(二八)左手突くと共に右手左肘前に流す。(二九)右手左肩前に摑まんとする姿勢を取ると同時に左手引張るやうに左脇腹に引く。(三〇)右手を引き寄すると同時に左手を右肩の向ひまで突き出す。(同初段第七十九圖參照)。(三一)其姿勢のまゝ右足より左足を越し交叉す。(三二)右足を一歩右へ開くと同時に左手を起す。(同初段第八十一圖參照)。(三三)右手と受けかへる。(三四)兩手を同時に胸部前に引寄せ左手首の上に右手の肘を載す。(同初段第八十三圖參照)。止め元の姿勢に復す。

第百八十五圖　セーシヤン（其一）

第十一、セーシヤン(昭靈流)

全部にて四十一擧動、一擧動ごとに數を呼び一より十迄を繰返す、全部にて約二分にて了る。

閉足姿勢にて立ち一禮し用意にて拳を握りながら八字立の開脚姿勢を取る。

初め(一)第二線上で左手左足共に右へ廻はし半圓を描くが如くに受ける(手の甲上)同時に右手脇腹に取る。(二)左手を引くと同時に右手突出す。(三)同一線上で右手右

第百八十六圖　セーシャン（其二）

足を廻はし受けること全く「(一)の反對」。(四)右手引くと同時に左手突出す。(五)同

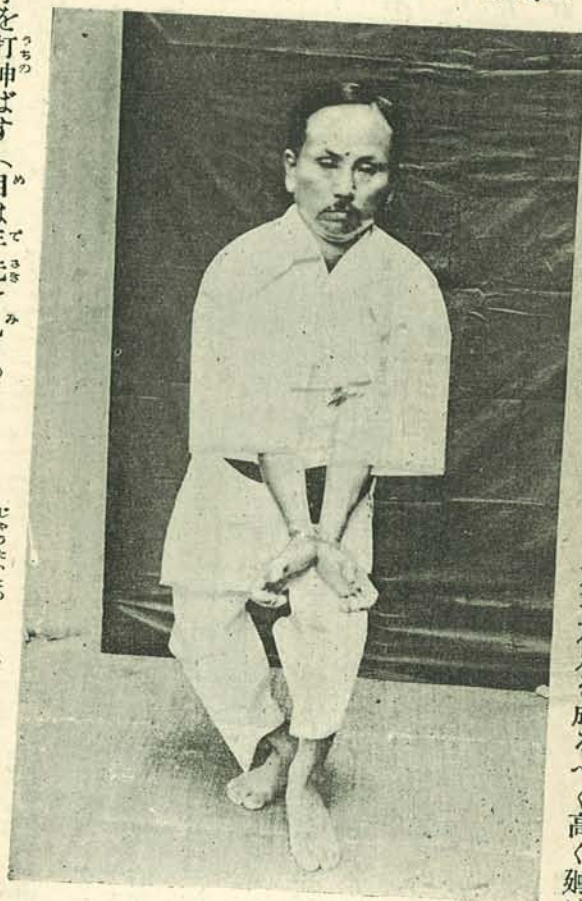
一線上で全く(一)と同じ動作をなす。(六)左手を引くと同時に右手突出す。(七)兩手を胸の前に引き肘を張る(但し一本拳の握り方にて甲を上にす)(第百八十五圖參照)。(八)兩手を肩の幅さに突出す。(九)兩手をひろげ五指を揃へて肩の高さに並行半ば肘を曲げる。(一〇)兩手を其まゝ下ろし伸べる丈伸ばす(但し掌は股に向ける)。(一一)左足を樞として右足一歩前に踏み込むと同時に二分の一回轉をなし第百八十六圖の如くす。(一二)(一一)の姿勢のまゝ右手を左へかへし少しく自分の前に引下げる心持(第百八十七圖參照)。(一三)同一線上で右足を一歩前進すると同時に右手左肩の前より左手右肘の外側より互に引張り(第百八十六圖の反對姿勢を取る)。(一四)(一三)の姿勢のまゝ掌をかへす。(一五)同一線上で左足を一歩前進すると同時に(第百八十六圖)の姿勢を取る。(一六)右手を左へかへし(第百八十六圖の如くす。)(一七)左足を樞として右横へ一歩踏出し右受けの姿勢を取る。(公相君第百四十三圖參照)。(一八)右手引くと同時に左手突く(一九)左手引くと同時に右手突く(能く覺えた後は左右つゞけること)(二〇)左へ少し寄足で左受けの構へをなす。公相君第百四十圖

参照）。（二一）左を引くと同時に右を突く。（二二）右を引くと同時に左を突く（こゝも右左とつゞけるところ）。（二三）第二線上に右足を移すと同時に少しく寄足で右受

第百八十七圖　セーシヤン（其三）

けの構をなす。（ピンアン初段第五十圖参照）。（二四）右手引くと同時に左手突く。

（二五）左手引くと同時に右手突く（こゝも左右とつゞける所）。（二六）同一線上で兩手を右脇腹に取り左手上後ろへ振り上げると同時に左手左足を成るべく高く廻はすが如

第百八十八圖　セーシヤン（其四）

く裏手を打伸ばす（目は手先を見る。）（二七）上體其まゝ崩さず右足をコッソリ左足

越して直き隣りに移す。(二八)右足で左手の先を蹴放す。(二九)左手を肩の前に半ば曲げるや直ぐに手を廻はし手の甲を上にして寄足で突込む。(三〇)早速左手を引くと同時に右手突く。(三一)右手を脇腹に引くと同時に左手上段受けをなす(ピンアン初段第五十四圖の姿勢に前足を屈げるだけの異)。(三二)後ろへ振向くと同時に右手右足を成るべく高く廻はして裏手を打込む(手の位置中段。)同(二五)の反對。(三三)左足をコツソリ右足を越えて直き隣りにおく。(三四)足をおくと直ぐに右足で手の先を蹴放す。(三五)腕を半ば前に曲げる頃直ぐに手の甲を上に廻はし寄足で突込む。(三六)右手を引くと同時に左手を突く。(三七)左手を突くと同時に右手を擧げて上段受けをなす。(三八)後へ振向くと同時に左手左足共に打出す。(三九)右足を横より廻はして左手を蹴る(これを三日月と名づく)。(四〇)右手を引くと同時に右手を突く。(四一)直ぐに足を引いて兩足を屈げ體を右足に支へ兩手を左膝頭の上に足受けの姿勢を取り第百八十八圖の如く止めて元の姿勢に復す)。止めて元の姿勢に復して終る。

第百八十九圖　パツサイ（其一）

第十二、パツサイ（少林流）

全部にて四十三擧動より成る、一擧動毎に數を呼び一より十迄を繰返す約二に分て了る。

閉足姿勢に立ちて一禮す用意にて第百八十九圖の姿勢を取る。
圖は右手を握り左掌に包むが如き心持。

初め(一)右足一歩第二線に飛込むと同時に左足を引付け踵を擧ぐ(此時右手を押立て左手其助けとなる)(第百九十圖參照)。(二)左足を同一線上に戻する同時に後ろへ

第百九十圖　パッサイ　(其二)

振向き左手受けの姿勢を取る。(ピンアン三段第百八十六圖參照)。(三)(前屈)右手と

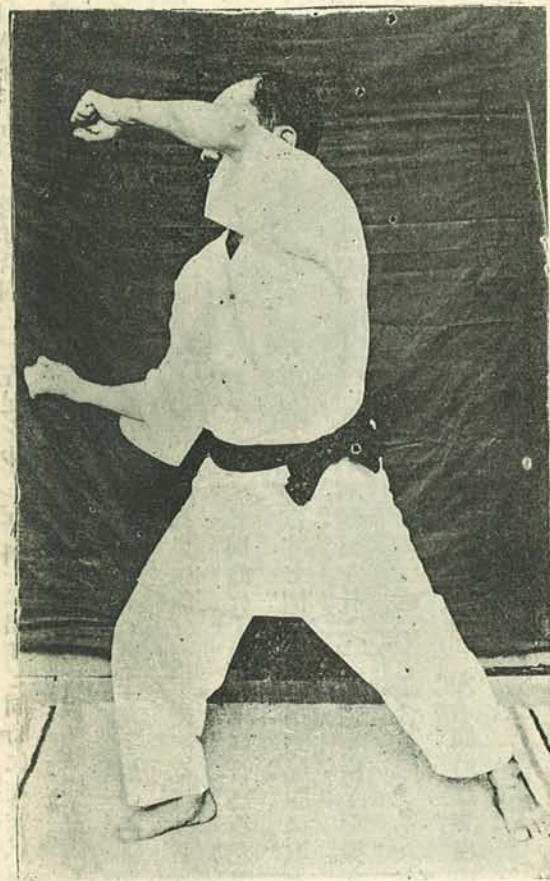
受けかへる。(四)其位置で右手を脇腹に引くと同時に左手受けの姿勢のまゝ後ろへ振向く。(五)右手と受けかへる。(六)右手受けの姿勢のまゝ次第に屈めながら右足共に後ろへ引き左足と並行するまで戻し手の極まる時足も極まる(七)左手と受け交へる。(八)體を正面に復すと共に兩手を右脇腹に(左手上)組む。(九)左手を前に伸ばす。(一〇)左手を引くと同時に右手を突く(一一)右手を下に伸ばしながら左へ廻はし半ば腕を曲げて右受けの姿勢を取る(公相君第百一圖參照)。(一二)右手を引くと同時に左手を突き足を眞直に伸ばす。(一三)左手で受ける(但(一一)の反對)(公相君第百參圖參照)。(一四)右足を第二線に引摺り直ほすと同時に五指を揃へて右受けの姿勢を取る。(公相君第百七圖參照)。(一五)同一線上に左足一歩前進すると同時に身をかはして左受けの姿勢を取る。(公相君第百六圖參照)。(一六)同一線上で(一四)に同じ。(一七)右足一歩後へ戻すと同時に右手を後へ引き左受けの姿勢を取る。(一八)足は其まゝ肩を前に出すと同時に左手より右手を前にして相手の手をつかむ心持(第百九十一圖の如し)。(一九)右足を手の高さより踏込むと同時に兩手を胸の前に強く引く但

し左手が自分の右乳に觸れる處)。(二〇)其場で後ろへ振り向くと同時に左受けの姿勢を取る。(公相君第百六圖參照)。(二一)同一線上に右足一歩前進すると同時に右受けの姿勢を取る。(公相君第百七圖參照)。(二二)右足を引き左足に引付けると同時に兩

第百九十一圖　バッサイ　(其三)

手上段受けの姿勢を取る(この時兩手を握つたまゝ肘を張り兩手の甲が額に當る所まで持上げる)。(二三)右足一歩前進すると共に兩手で物を引きサクやうな心持で徐に廻はして手甲を下に中段で止める。(二四)其場で左手を引くと同時に右手を突く。(二五)後ろへ振り向くと同時に右膝を屈げ左足を伸ばし右手下左手肩の前より互に引張り直立して左側面を見詰める。但し右腕肩の高さに曲げ左手伸べるだけ下斜に伸ばす。(二六)同一線上で左足の次ぎへ右足を移すと同時に右手を下に打込み左手を脇腹に引く。(二七)指を伸ばしながら左手を左へ伸ばすと同時に右手を脇腹に取り左手の先を見る。(二八)左掌を右足で蹴る。(二九)右猿臂を仕ふ。(三〇)兩手を握り左手起し右手下に引張る心持。(三一)右と受けかへる。(三二)左と受け換へる。(左、右、左と三回)。(三三)兩手を握り脇腹に組む(右手上)。(三四)左右同時に突出す第百九十二圖參照)。(三五)握りたるまゝ右脇腹に取ると同時に右足を左足に引付ける。(左手上)。(三六)左足を一歩前進すると同時に左手下右手上にして同時に突出す(第百九十二圖の反對)。(三七)左足を引くと同時に兩手を(右上)左脇腹に取る。(三八)右

第百九十二圖 パツサイ（其四）

足一歩前出すると同時に兩手を突出す（左手上）。（三九）後ろへ廻はり兩足を並行すると同時に左手を脇腹に右受けの姿勢を取る。（公相君第百壹圖參照。）（下段）（四〇）左受けの姿勢を取る。（公相君第百參圖參照）（下段）。（四一）左足を少し引寄せると同

時に體を屈め指を伸ばして右受けの姿勢を取る（四二）其まゝ手と足を右へ引くと同時に目は次第に左隅に移す。（四三）左足を少し左斜に出すと同時に左受けの姿勢を取る（ピンアン初段第三十六圖參照）。止め、直れ、元の姿勢に復す。（了り）

第十三、ワンシユウ（昭靈流）

全部にて四十擧動より成る、一擧動毎に數を呼び一より十迄を繰返す、約二分にて了る。

第百九十三圖　ワンシユウ（其一）

用意閉足姿勢右手五指を伸ばし指先を前に向け右拳を掌に當て正面を見る（第百九十三圖の如し）

第百九十四圖　ワンシユウ（其二）

初め（一）第一線上左へ一歩開くと同時に右足を屈げ右手下左手の掌を輕く曲げて上に向く（第百九十四圖參照）。（二）起き上がると同時に足を伸ばし直立の姿勢を取り左脇腹に（右手上）手を組み右側を見る。（三）右手下を拂ふ。（この時前屈姿勢）。

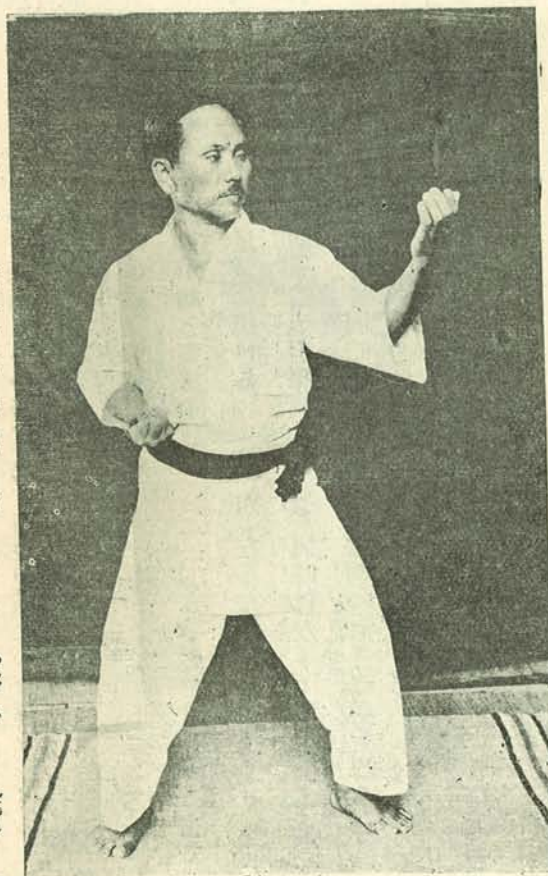
（四）右手を脇腹に引くと同時に左手を胸の前に突出す（手の甲上）但し中段にて拳先脇の前）。（五）左足を第二線上に一歩進めると同時に前屈姿勢を取り下段を拂ふ。（六）

第百九十五圖　ワンシユウ（其三）

左手を脇腹に引くと同時に右手で前に上げ突きをなす。（七）右足を一歩前進すると同

時に右手を伸ばし摑むが如き姿勢を取る（八）右手を中段に突込むと同時に右手左肩の前に流しやゝ十字形をなす（但しこの時左足を右足の踵につけ輕く擧げる）（第百九十圖參照）。（九）其まゝ右手左足を拔くと同時に右手で下段を拂ふ。（一〇）左後ろへ振向き左手下に伸ばすと同時に右手脇腹に取る。（一一）其まゝ右手上げ突き左手引く（一二）右手右足前に進め摑むが如き姿勢を取る。（一三）右手を左肩の前に流すと同時に左手突込む（但し左足右足踵に掛ける）。（一四）左手左足を後へ拔くと同時に右手下段を拂ふ。（一五）後へ振向き右手を脇腹に取ると同時に左手下段を拂ふ。（一六）左へ四分の一を廻はり左足をおくと同時に（第百九十六圖の如き姿勢を取る。）（一七）右手右足を同時に輕く持ち左手に右腕を打ちつけるやうにおく（第百九十七參照）。（一八）左足を樞として右足を元に戻すと同時に左手右袖を絞るが如く前に伸ばし右手額の前より圓を描いて脇に取る（一九）左を引くと同時に右手を突く。（二〇）右手を引くと同時に左手を突く。一九、二〇はつゞき突きをする處。）（二一）左手左へ下段を拂ふ。（二二）右手上げ突き同時に左手脇腹に取る。（二三）右手右足前公相君受けをなす（同

第百 七圖參照）。（二四）左手左足前公相君受けをなす（同第百六圖參照）。（二五）左手引くと同時に右手突く。（二六）右手右足前公相君受（第百 七圖の通り）

第百九十六圖　ワンシユウ（其四）

（二七）其場で後へ振り向き前屈姿勢で下段を拂ふ。（二八）左手引くと同時に右手上げ

突き。（二九）右手右足前に出し物を摑まんとするの姿勢を取る。（三〇）左手を突くと同時に左足を右足に引付け右手を左肩前に流し十字形をなす（同第百九十五圖參照）。

第百九十七圖　ワンシユウ（其五）

（三一）左手左足後に拔くと同時に右手下段を拂ふ。（三二）左手下段を拂ふと共に右手脇

腹に取る。(三三)右手左肩の向ひに五指を輕く曲げ掬受けをなすと同時に左手を脇腹に取る。(三四)第二線に右足を進め今の受け方をなすと同時に左手下を拂ふ。(三五)

第百九十八圖　ワンシュウ　(其六)

左足を進めて今の受け方をなす右手下を拂ふ。(三六)右足を進めて今の受け方をなす

左手下を拂ふ。(同技交々三回)。(三七)右手を握りながら下を拂ひ同時に左手引拔くが如く脇腹に引取る。(三八)兩手をひろげ左手額前倒さに右手股の前に物を摑まんとする姿勢で寄足で接近する心持(第百九十八圖參照)。(三九)兩手で敵をつかまへて投げつけるが如く成るべく高く廣く左後ろへ飛び廻はりながら公相君受けの構へをなす(公相君第百七圖參照)。(四〇)右足を後ろへ退き公相君受けの左構へをなす。(公相君第百六圖參照)。止め。元の姿勢に復す。

第十四、チントウ（少林流）

全部にて四十四擧動より成る、擧動毎に數を呼び一より十迄を繰返す、約二分にて了る。

閉足姿勢にて立ち一禮し、用意にて八字立の開脚姿勢を取る。

初め（一）右足を一歩退き左肩を前にして五指を伸ばしたるまゝ（右手上）左胸前に交叉す。（第百九十九圖參照）。（二）其姿勢のきゝ兩手を右にかへして左手を上にす。

（三）兩手を握りながら左手前に伸ばし右手脇腹に取る。（四）左手を引くと同時に右手

を突く。(五)左足を樞として左へ二分の一回轉をなし右手下段に打込むと同時に左手脇腹に取る。(六)後ろを振向き兩手の指を伸ばしたまゝ(第百九十九圖の如く面前に

第二百一圖　チントウ　(其三)

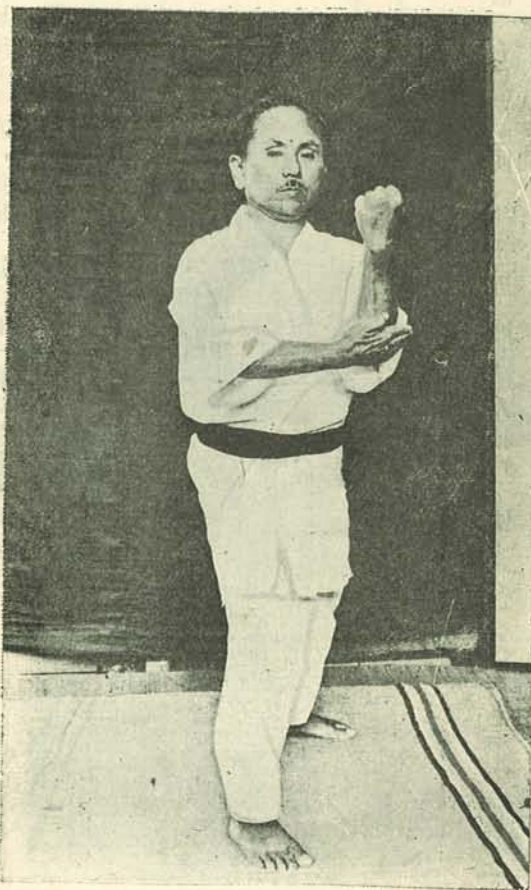
交叉す。(七)兩手を前に少し引き下げる。(八)其まゝ右足で蹴る。(九)又左足で蹴る

(能く覺えた後は同時に蹴る。)(一〇)兩手を組んだまゝ左膝頭の前に押寄す。(一一)右足を樞として兩手其まゝ右へ二分の一回轉(一二)足は其まゝ後ろへ振り向き握り

第二百二圖　チントウ　(其四)

たるまゝ兩手で下を拂ふ(右手前)(一三)同一線上で左足一歩前進すると同時に兩手

指を揃へて下を拂ふ。(一四)右足一前進すると同時に指を伸ばしたるまゝ面前を搔分ける但し兩の間隔は肩へ幅指頭が目の高さの處掌前向き。(一五)左側面に向つて兩手の姿勢(一四)の如く掌を面に向け搔分ける。(一六)兩手を共に下ろすと同時に足を伸ばす。(一七)左へ振向き左手右肩前右手下より互に引張り放す(公相君第百十二圖參照)。(一八)身を更はして右足を一步前進すると同時に右手を左肩の前より下に左手を下より上に引張る心持。(一九)(一六)の通り(但し(一六)(一七)(一八)は皆後屈姿勢にて體を少しく後へ倒す。)(二〇)膝を屈げ左足に體を支へ兩手を握りたるまゝ(右上に交叉して左膝頭の前に抑へつく。(ピンアン五段第百七十八圖參照)。(二一)兩手を握りたるまゝ前面搔分但し兩手の間隔は肩の幅と拳先は見下す程度手甲前向き)。(二二)兩手を共に下ろす。(二三)兩手を同時に兩脇に取り肘を張る。(二四)足は其儘で右猿臂を使ふ。(二五)同じく左猿臂を使ふ。(二六)右足を樞として後ろへ振向くと同時に左足を右足へ引付け踵を擧げ兩手搔分をすること(二〇)に同じ。(二七)右手下より左手右肩の前より互に引張ると同時に左足を右コブラの上に擧げ(第二百

第二百三圖　チントウ（其五）

一圖)の如き姿勢を取る。(但しこの時目は左側面を見る)。(二八)兩手を握りたるまゝ右脇腹に(右手上)組む。(二九)左手左足共に蹴放す。(三〇)足が着くや直ぐに右手右足共に突込む。(三一)左足で立ち(第二百一圖)の反對姿勢を取る。(三二)其まゝ

左脇腹に（右手上）兩手を組む。（三三）右手右足共に蹴放す。（三四）左手で突く。（三五）右足で立ち左へ振向て第二百一圖の姿勢を取る。（三六）兩手を右脇腹に取る（左手上）（三七）左手左足共に蹴放す。（三八）足の地に着くと同時に右手を突出す。（三

第二百四圖　チントウ（其六）

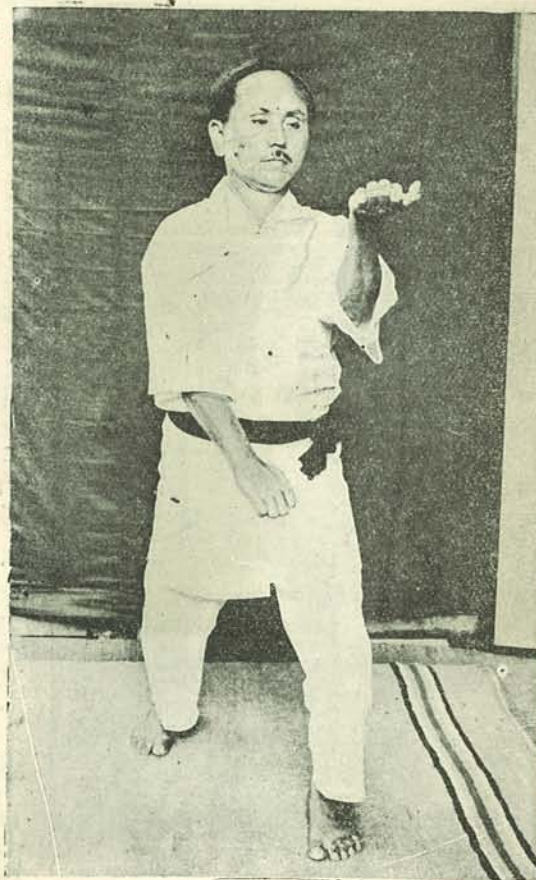
九）後ろへ振向き（第二百二圖）の姿勢を取る。（四〇）少しく體を右に正すと同時に右手を引寄せ肘で突く。（第二百四圖參照）。（四一）兩手を共に右脇腹に引き左掌に右拳を押當てて右を見る。（四二）手を組んだまゝ右足一本で右へ一回轉をなす（この時右拳の上に左手をひろげて冠せ下に押すやうな心持　第二百四圖は一回轉後の後姿なり。（四三）左手左足共に突出す。（四四）右手右足共に突く。（但し（四二）（四三）共に足を屈めること。止め、元の姿勢に復す。

第十五、ジッテ（少林流）

全部にて二十四擧動より成る、一擧動毎に數を呼び一より十迄を繰返す約二分にて了る。

第二百五圖　ジッテ（其一）

用意にて閉足姿勢（右拳を左掌で包み胸前に取る。（第二〇五圖の通り）

第二百六圖　ジッテ（其二）

初め（一）左足を後ろへ引くと同時に（五指を淺く曲げ掌上）右手を胸部前に於て受ける共に左手を脇腹に引付く。（二）左足を一歩左斜へ出すと同時に右手を左肘の前に倒し左手と受けかへる。（第二百六圖の通り）。（三）其まゝ左手を右へ中段に倒

すと同時に右を見る。(四)右足を一歩右へ出すと同時に左手を脇腹に引き右手と受け交へる。(五)第二線上に右足を移すと同時に「ナイハンチ」立ち(第二百七圖)の姿勢を取る。(右肩前)。(六)は(三)の反對。(七)は五に同じ。(右、左、右と交々三回)

第二百七圖　ジ　ツ　テ　(其三)

(八)兩手を頭上に(右手外)交叉すると同時に右足を左足の前に交叉す(第二百八圖の通り)。(九)左足を左へ一歩開くと同時に兩手を股の前に下ろす(股を去る約五寸)。(一〇)左へ寄足すると同時に兩手を擧げ半ば肘を曲げる。(第二百九圖の通り)。(一一)其

第二百八圖　ジ　ツ　テ　(其四)

姿勢のまゝ左手左足第二線上で二分の一回轉。（一二）は（一〇）の反對。（一三）は（一一）に同じ。（同姿勢で左、右、左と回三つゞける）。（一四）兩手を其場で下ろす。（一五）

第二百九圖　ジッテ（其五）

右に振り向いて（第二百十圖）の姿勢を取る。（一六）右手を膝頭より五寸程上に下ろ

すと同時に左手同様な姿勢で肩の高さに取る（兩手並行するやうに注意すべし）。（一七）左足を一歩前進すると同時に（右手上左手下）（但し（一六）の姿勢を取る）。（一八）

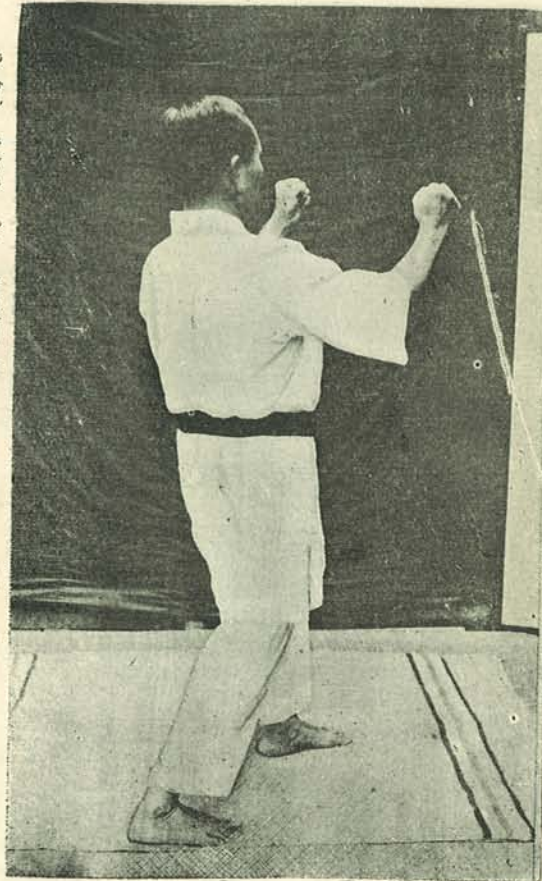
第二百十圖　ジッテ（其六）

右足一歩前進すると同時に（右手下左手上）全姿勢（一六）に同じ。（一九）右足を樞と

して左へ四分の一回轉後屈姿勢で右手下左手右肩前より互に引張り受ける（公相君第百十二圖參照）。（二〇）其場で左へ反對の動作をなす。（二一）左足を一歩第二線上に移すと同時に左手上段受けの姿勢を取る。（左手額前に横たへ右手脇腹に引く。）（二二）右手上段受け全く（二一）の反對。（二三）其位置で二分の一回轉左手上段受け。（二四）右足一歩前進上段受けをなす。止め。右足を樞として二分の一を回轉し元の姿勢に復す。

第十六、ジオン（昭靈流）

全部にて四十七擧動より成る、一擧動毎に數を呼び一より十迄を繰返す約二分にて了る。

第二百十一圖 ジオン（其一）

用意にて右拳を左掌で包み胸前に取る（ジッテの用意に同じ）

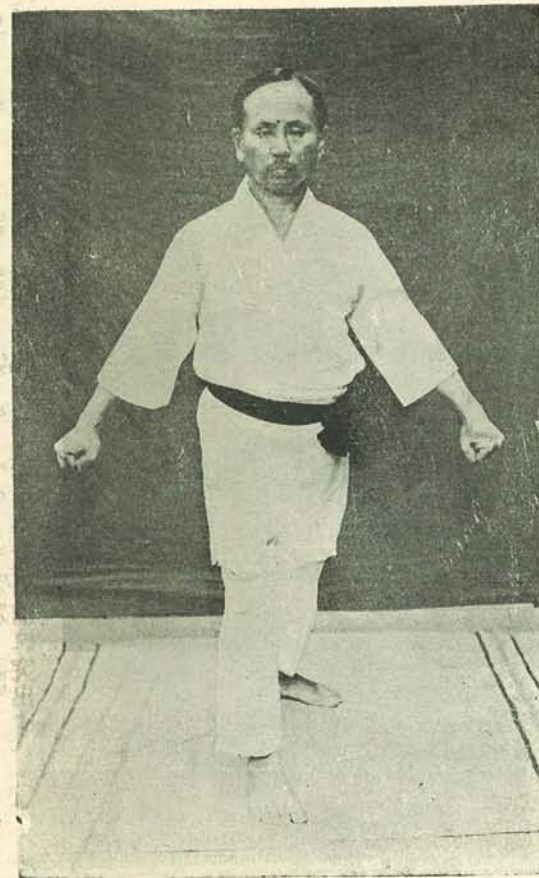
初め（一）左足を一歩後へ退くと同時に左手を脇腹に引き右手で受ける（但前屈姿勢）（二）左足を左斜へ一歩出すと同時に（第二百十一圖）の姿勢を取る。（三）

第二百十二圖　ジオン（其二）

其まゝ右足で成るべく兩手の間を高く蹴る、（四）足を下ろすと同時に右手で突く。

（五）左（六）右とつゞけさまに突く。（七）右斜へ右足一歩前進兩手掻分（第二百十一圖の如し）（八）左足で高く蹴る。（九）其場に足を下ろすと同時に左手で突く。（一

第二百十三圖　ジオン（其三）

〇）右（一一）左とつゞける。（一二）第二線に左足を移すと同時に左手上段受けの姿勢

を取る。(一三)左手を引くと同時に右手で突く。(一四)右足一歩前進すると同時に右上段受けの姿勢を取る。(一五)右手を引くと同時に左手上げ突き。(一六)左足一歩前

第二百十四圖 ジオン(其四)

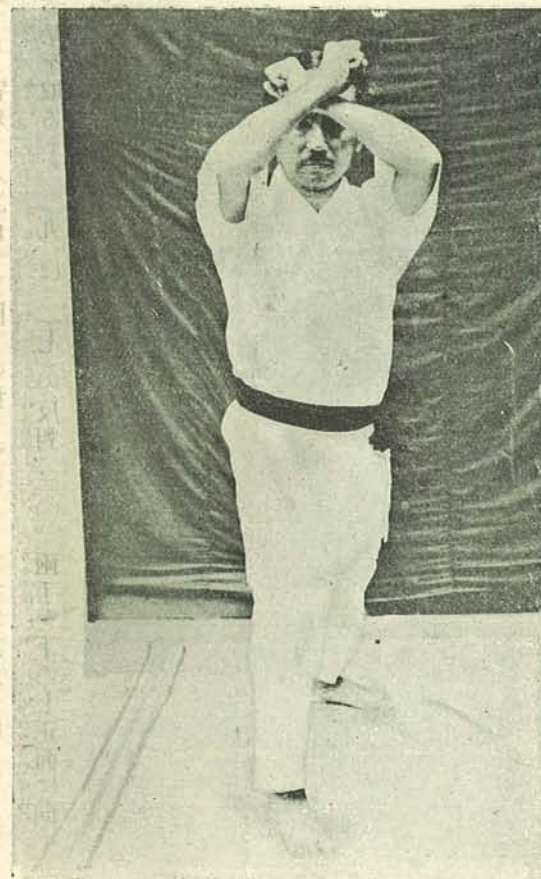
進すると同時に左上段受け。(一七)右手右足共に突込む。(一八)右足を樞として左へ

四分の一を廻はり左へ向き(公相君第百十二圖の如き姿勢を取る。(一九)右足を左足へ少しく寄すると共に左手を脇に取り右手を左肩前に突出す。(ナイハンチ第六

第二百十五圖 ジオン(其五)

十圖參照)。(二一)は(一八)の反對。(二二)は左足を第二線上に移すと同時に前屈

の姿勢を取り左手下段を拂ふ。(二三)右足一歩前進すると同時に(ジッテ第二百七圖)の姿勢を取る。(二四)今の姿勢の反對。(二五)は(二一)の通り(右、左、右と三回)。

第二百十六圖　ジオン(其六)

(二六)右足を樞として左へ四分の一回轉左を見ながら(公相君第百十二圖)の姿勢を

取る。(二七)寄足で(二百十二圖)の如く受ける。(二八)左足を樞として(百十二圖)の反對姿勢を取る。(二九)は(二七)の反對(三〇)兩手を下ろし正面に向く。(三一)

第二百十七圖　ジオン(其七)

右足前に一歩飛込むと同時に第二百十三圖)の姿勢を取る。(三二)左足を一歩後へ退